

85.32

к 72

В. Костровицкая, А. Писарев

ШКОЛА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА



14

3450

09

Don't say

OP +

ШКО

3450 K

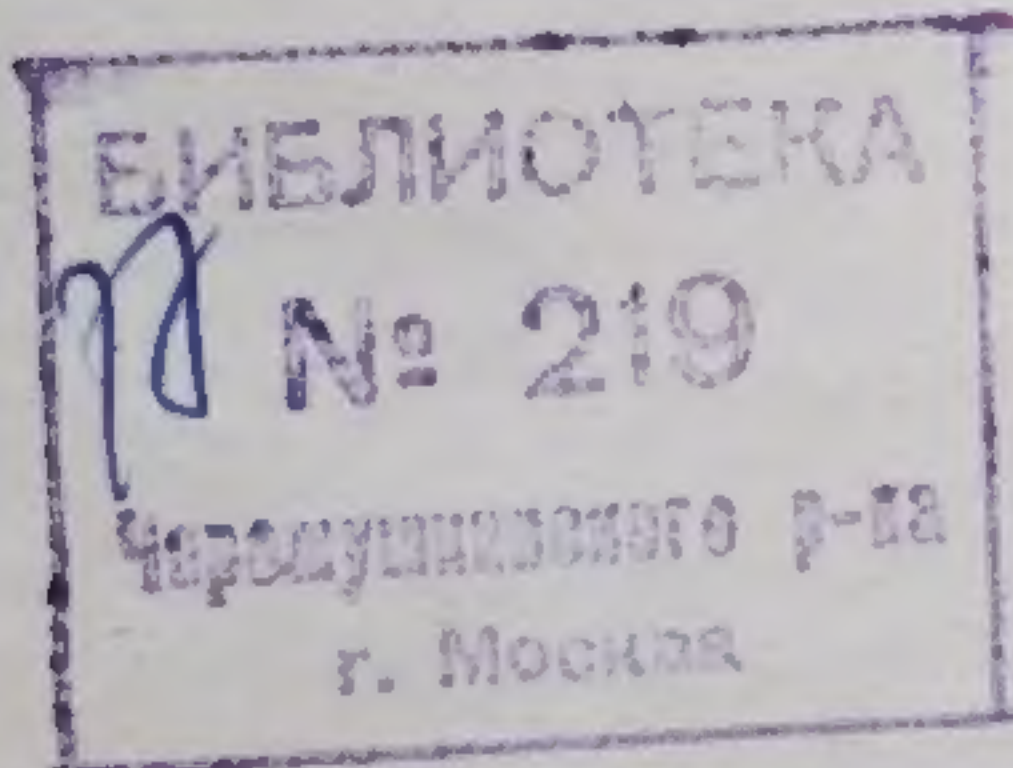
99

В. КОСТРОВИЦКАЯ, А. ПИСАРЕВ

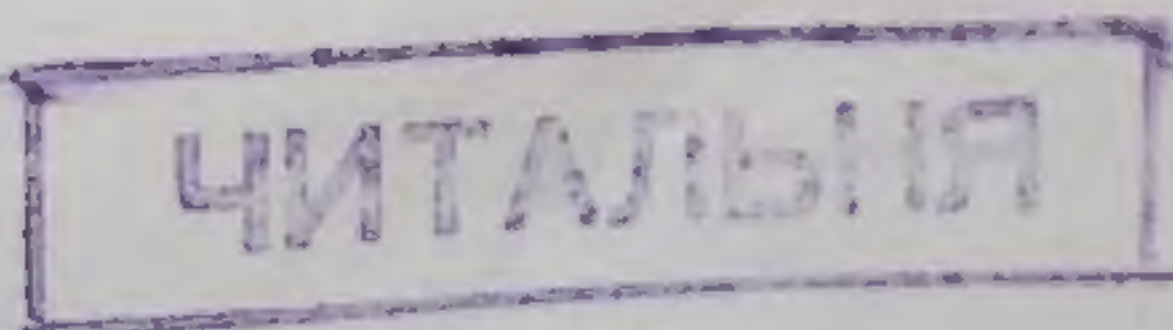
ШКОЛА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

14

09



3450 К



ИЗДАТЕЛЬСТВО
«ИСКУССТВО»
ЛЕНИНГРАДСКОЕ
ОТДЕЛЕНИЕ
1968

85.32.5.11.11

к 72

Ленинградское академическое
ордена Трудового Красного Знамени
хореографическое училище
им. А. Я. Вагановой

792.5

К 31

Рекомендовано Управлением кадров
и учебных заведений Министерства
культуры СССР в качестве учеб-
ника для хореографических училищ
и хореографических отделений ву-
зов искусств.

Литературная редакция
А. С. РУЛЕВОЙ

8-1-4

47-68

Книга широко и многосторонне представ-
ляет классический танец и методику его
преподавания. Движение описывается от
простейшей до наиболее сложной формы
и «разложено» на музыкальные доли.
В конце описания каждого движения да-
ются правила его исполнения и примеры
комбинаций для данного па.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>В. Шелков. Вместо введения</i>	3
<i>От автора</i>	5
Значение и последовательность экзерсиса	7
Экзерсис у палки	8
Экзерсис на середине зала	10
Adagio	11
Allegro	12

I. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Позиции ног	14
Позиции рук	17
Голова и лицо	21
Épaulement	22
Устойчивость (aplomb)	22
Понятия en dehors и en dedans	23
Plié	24
Relevé	26

II. BATTEMENTS

Battement tendu simple	28
Battement tendu demi plié	31
Double battement tendu	31
Battement tendu en tournant	32
Battement tendu jeté	34
Battement tendu jeté pointé	35
Battement tendu pour batteries	36
Grand battement jeté (основная форма)	37
Grand battement jeté pointé	38
Grand battement jeté (мягкие)	39
Grand battement jeté balancé	39
Grand battement jeté passé	40
Grand battement jeté на $\frac{1}{4}$ или $\frac{1}{2}$ часть круга	41
Battement frappé	42

Battement double frappé	44
Petit battement sur le cou-de-pied	45
Battement fondu	47
Double battement fondu	49
Battement fondu en tournant	50
Battement soutenu	50
Battement développé	52
Développé passé	54
Développé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$ часть круга	54
Développé с отведением ноги на $\frac{1}{2}$ часть круга (rond de jambe en dehors и en dedans)	54
Développé ballotté	55
Développé с поворотом en dehors и en dedans	57
Développé plié relevé с поворотом en dehors и en dedans	57
Développé balancé (короткое)	58
Développé balancé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ часть круга и с возвраще- нием ее обратно	58
Développé tombé	59
Battements divisés en quarts	60

III. RONDS DE JAMBE

Rond de jambe par terre	62
Rond de jambe par terre en tournant	64
Rond de jambe en l'air	64
Grand rond de jambe jeté	67

IV. PORT DE BRAS

Основные формы учебных port de bras	69
---	----

V. TEMPS LIÉ

Temps lié с перегибом корпуса	76
Temps lié par terre с туром	77
Temps lié на 90°	78
Temps lié на 90° с туром	79
Temps lié на 90° с туром из глубокого plié	80

VI. ПОЗЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Croisée	82
Effacée	83

ОСНОВНЫЕ БОЛЬШИЕ ПОЗЫ

Croisée	84
Effacée	85
Ecartée	86
Arabesques	87

VII. СВЯЗУЮЩИЕ И ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Pas de bourrée	89
Pas couru	96
Coupé	96
Шар	97
Flic-flac	97
Passé	101
Temps relevé	102

VIII. ПРЫЖКИ

Temps levé	105
Changement de pieds	105
Pas échappé	106
Pas assemblé	108
Jeté	115
Sissonne	142
Rond de jambe en l'air sauté	163
Pas de basque	164
Saut de basque	170
Pas ciseaux	174
Pas ballotté	175
Pas ballonné	177
Pas chassé	181
Pas glissade	183
Pas failli	185
Pas emboîté	187
Pas balancé	189
Pas de chat	190
Gargouillade (rond de jambe double)	191
Cabriole	192
Grand fouetté sauté	197

IX. ЗАНОСКИ

Маленькое échappé battu	202
Подготовка к заноскам, royale и entrechat-quatre	202
Entrechat-trois и entrechat-cinq	203

Entrechat-six	203
Entrechat-huit	204
Entrechat-sept	204
Entrechat-six de volé	204
Brisé	205
Brisé dessus-dessous	206
Pas battu	207

X. ВРАЩЕНИЕ НА ПОЛУ И В ВОЗДУХЕ

Pirouettes у палки	215
Grand pirouette на полупальцах	215
Grand pirouette «скачковый»	217
Тур en l'air	218
Туры в больших позах	219
Préparation и тур à la seconde со II позиции	220
Туры en dehors	221
Туры en dedans	223
Туры с разных приемов	225

XI. ПОВОРОТЫ В ADAGIO

Туры lents	228
Renversé	229
Grand fouetté effacée en face	233
Grand fouetté en tournant	235
Поворот-fouetté	236

XII. ДВИЖЕНИЯ НА ПАЛЬЦАХ

Relevé	238
Echappé	238
Glissade	239
Jeté	239
Sissonne	240
Pas de bourrée suivi	242
Прыжки на двух ногах (changement de pieds)	244
Прыжки на одной ноге	245
Туры en dehors с degagé	246
Туры en dedans на двух ногах (glissade en tournant)	246
Туры en dedans с coupé	247
Пример урока для старшего класса	249
Примеры большого adagio	256

ВМЕСТО ВВЕДЕНИЯ

Слава русского балета прочно утвердилась в XIX веке. На протяжении всей своей истории русское балетное искусство боролось за реализм. За время существования Советской власти искусство хореографии достигло блестящих результатов. Сейчас советская школа хореографии признана во всем мире. Люди со всех концов света стремятся в Советский Союз для овладения высотами балетного мастерства. В нашей стране любовь к балетному искусству огромна и можно смело сказать, что она всё возрастает.

Русский советский балет замечателен тем, что наполнил танцевальную технику глубоким содержанием. Сохранив прекрасное классическое наследие, балет стал выразителем героических, романтических и сатирических тем современности.

Педагогический процесс в хореографических училищах тесно связан с репертуаром театров. Он связан не только с классическим наследием, но и с растущими требованиями, выдвигаемыми стилем новых балетных спектаклей. Тематическое богатство и разнообразие, высокие идеи и глубокое содержание требуют предельного совершенства исполнительской техники, а следовательно и расширения и уточнения методики преподавания танца.

• Ленинградское хореографическое училище, основанное в XVIII веке, подготовило многих выдающихся деятелей хореографии. Талантливые русские педагоги прошлого передавали ученикам лучшие традиции своей школы, но, к сожалению, не фиксировали и не обобщали свой опыт. И только в результате огромной методической работы, которая проводилась в училище под руководством замечательного педагога нашего времени профессора А. Я. Вагановой, в 1934 году появляется ее книга «Основы классического танца» — первый учебник хореографии. А. Я. Ваганова в своей книге обобщила многогранный опыт и создала стройную систему приемов обучения на научной основе, которая не ограничивает артистическую индивидуальность учащегося.

Книга «Основы классического танца» знаменует высокую ступень в развитии методики преподавания классического танца и, как каждое прогрессивное явление, эта методика дает ее последователям неограниченные возможности творческого осмысления и совершенствования. Ваганова считала необходимым в процессе обучения использовать результаты сегодняшних исканий. Многие ученики и последователи Вагановой, работающие в Ленинградском

хореографическом училище, неустанно совершенствуют ее методы, творчески подходя к педагогическому наследию. Книга Вагановой послужила толчком для создания ряда новых учебников. В 1938 году вышел в свет учебник педагогов А. Ширяева, А. Бочарова, А. Лопухова «Основы народно-характерного танца», в 1941 году — учебник «Бальный танец» педагога историко-бытового танца Н. П. Ивановского, в 1952 году — книга Л. Ярмолевич «Элементы классического танца и их связь с музыкой», в 1958 году — «Методика слитных движений» В. Костровицкой и «Методическое пособие для первых классов» Л. Ярмолевич. В 1964 году издано учебно-методическое пособие для первых трех классов «Азбука классического танца» Н. Базаровой и В. Мей. Сейчас готовится книга Н. Серебrenникова «Дуэтно-классический танец».

Обобщение опыта преподавания классического танца взяли на себя и авторы предлагаемого учебника. А. А. Писарев — заслуженный деятель искусств, ученик известного преподавателя классического танца В. И. Пономарева, был выдающимся методистом и педагогом училища и долгое время вел мужской класс в балетной труппе Ленинградского академического театра оперы и балета имени С. М. Кирова. В. С. Костровицкая — заслуженный деятель искусств, старший преподаватель классического танца и методист педагогического отделения училища, в прошлом ассистент профессора А. Я. Вагановой.

Учебник «Школа классического танца» — фундаментальный труд, составленный по учебной программе мужского и женского классического танца. Точность теоретических позиций, четкость изложения, продуманность примеров и упражнений делает книгу серьезным и нужным пособием, расширяющим рамки имевшегося до сих пор методического материала.

Классический танец в хореографических училищах является основной профилирующей дисциплиной, поэтому педагоги-хореографы должны проявить большой интерес к предлагаемому учебнику.

Поиски усовершенствованных педагогических приемов, неоднократный пересмотр и расширение программ по классическому танцу дали положительные результаты.

Учащиеся шестых и даже пятых классов смогли заменять артистов балета в спектаклях «Щелкунчик», «Лебединое озеро», «Жизель», «Баядерка», исполнять сложнейшие танцы лебедей, вилис, теней. Вот почему педагоги и методисты Ленинградского хореографического училища проявляют большой интерес к теоретическим проблемам и считают главной обязанностью не только воспитывать и обучать молодежь, передавая ей свой опыт, но развивать и углублять методику преподавания, способствуя этим дальнейшему развитию советского балетного искусства.

В. ШЕЛКОВ
заслуженный деятель искусств

ОТ АВТОРА

В Ленинградском академическом хореографическом училище им. А. Я. Вагановой ведется большая плодотворная работа над усовершенствованием педагогических приемов в процессе овладения технологией танца. Программа по классическому танцу неоднократно пересматривалась и расширялась.

Мое поколение педагогов обязано А. Я. Вагановой, ее замечательной методике преподавания классического танца. Еще А. Я. Ваганова не раз высказывала мысль о необходимости создания расширенного и более подробного по сравнению с ее книгой «Основы классического танца» учебника, фиксирующего в развитии технику исполнения и методику преподавания классического танца. Эту задачу взяли на себя авторы данной книги.

Учебник имеет двенадцать разделов: 1. Общие понятия. Значение экзерсиса у палки и на середине зала. Значение *adagio* и *allegro*. 2. Все виды *battements*. 3. *Ronds de jambe*. 4. *Port de bras*. 5. *Temps lié*. 6. Различные позы классического танца. 7. Связующие и вспомогательные движения. 8. Прыжки. 9. Заноски. 10. Вращение на полу и в воздухе. 11. Повороты в *adagio*. 12. Танец на пальцах.

Первая часть учебника (разделы I—VII) принадлежит покойному А. А. Писареву, преподавателю хореографического училища.

Вторая часть (разделы VIII—XII) написана мною.

Учебник по своему построению близок к общеизвестной книге А. Я. Вагановой «Основы классического танца», определившей форму русского классического танца: движения сгруппированы по основным видам, описана техника исполнения и т. д.

Но, в отличие от книги А. Я. Вагановой, где движения описываются в законченном виде, и от недавно вышедшего учебника Н. П. Базаровой и В. П. Мей «Азбука классического танца», охватывающего программу первых трех лет обучения,

данный учебник дает обзор каждого движения в его эволюции, от простейшей до законченной сложной формы, различные варианты движений. Учебник включает методику классического танца всего курса обучения в хореографическом училище как для женских, так и для мужских классов, так как развитие методики классического танца привело систему преподавания в женских и мужских классах к взаимному обогащению и даже почти к полной общности.

Так, ряд мужских приемов для исполнения прыжков (например, короткая трамплинная отдача от пола) заимствуется сейчас педагогами женских классов; в мужские же классы перешли из женских ряд движений и последовательность экзерсиса у палки и на середине зала (как наиболее логичные и полезные для мышц), построение комбинаций *adagio* и координация движений.

Все движения в учебнике разложены на музыкальные доли и имеют подробное методическое объяснение. Начиная с *allegro* в конце описания каждого движения дается пример комбинации на данное *pas*.

Хочется надеяться, что этот труд внесет свою скромную лепту в дело усовершенствования преподавания классического танца.

Работу свою я посвящаю с огромным уважением и любовью памяти профессора А. Я. Вагановой.

В. КОСТРОВИЦКАЯ,
заслуженный деятель искусств БССР

Значение и последовательность экзерсиса

Обучение классическому танцу начинается с экзерсиса.

В экзерсисе разносторонне развивается мускулатура ног, их выворотность, шаг и *plié* (приседание); постановка корпуса, рук и головы, координация движений. В результате ежедневной тренировки фигура приобретает подтянутость, вырабатывается устойчивость; будущий артист балета приучается к правильному распределению тяжести тела на двух и на одной ноге.

Экзерсис начинается у палки, затем, по мере усвоения движений, переносится на середину зала. За упражнениями на середине зала следуют *adagio* и *allegro*. Навыки, приобретаемые учащимися в экзерсисе, должны поддерживаться ежедневной тренировкой, основанной на строгих методических правилах.

Нагрузку в течение урока следует распределять равномерно во всех упражнениях. Если преподаватель находит необходимым увеличить количество повторений какого-либо движения, то следующее упражнение следует сократить, так как всякая физическая перегрузка вредна: она приводит к расслаблению мышечной системы и связок, в результате чего легко повреждаются ноги.

Последовательность экзерсиса не должна быть случайной. В зависимости от степени трудности, следует учитывать полезное и логичное сочетание движений, не соединяя их в комбинации только ради рисунка упражнения.

В первом классе экзерсис у палки и на середине зала исполняется на всей ступне.

Во втором классе в экзерсис у палки вводится подъем на полупальцы, при этом первая половина упражнения исполняется на всей ступне, вторая — на полупальцах, позже полностью на полупальцах.

В третьем и последующих классах экзерсис у палки и на середине зала исполняется полностью на полупальцах. Маленькое и большое *adagio* — также с максимальным применением подъема на полупальцы.

В младших классах рекомендуется подъем на низкие полупальцы, что дает бóльшую возможность сохранять выворотность (еще недостаточно разработанную и закрепленную), за исключением *préparation* к турам и туров *sur le cou-de-pied*, исполняемых всегда на высоких полупальцах.

В средних и старших классах экзерсис у палки, на середине зала и *adagio* можно исполнять на высоких полупальцах, при этом необходимо следить за выворотностью ног. Учащимся с маловыворотными ногами следует ограниченно пользоваться подъемом на высокие полупальцы.

На высоких полупальцах значительно труднее сохранять выворотность опорной ноги, но при тренировке необходимо вводить их, так как ахиллово сухожилие, икроножная, ягодичная и треглавая (бедренная) мышцы активнее включаются в работу; сильнее развивается и укрепляется свод ступни, нога приобретает красивую законченную линию в больших позах, *tours*, *pirouettes*, *tours chaînés* и в других движениях.

Экзерсис у палки

Первое упражнение — *plié* во всех позициях.

В этом упражнении участвуют корпус, руки и голова; мышцы и связки ног растягиваются и сокращаются в спокойных медленных движениях. Тело танцовщика подготавливается к более сложным движениям («разогревается»), и поэтому рационально начинать урок с приседаний.

Второе упражнение — *battements tendus*, соединенные с *battements jetés*, — в котором приобретаются постановка ног, выворотность, активно вводятся в работу все группы малых и больших мышц. Это основные движения, тренирующие и вырабатывающие силу ног.

Battements tendus jetés органически связаны с *battements tendus*, поэтому исполняются непосредственно за ними. Темп исполнения, по сравнению с *battements tendus*, ускоряется в два раза.

Третье упражнение — *ronds de jambe par terre* (в средних и старших классах соединяются с большими *ronds de jambe jeté*).

Grand rond de jambe jeté — это усложненное продолжение *rond de jambe par terre*, исполняемое энергичным броском ноги на 90°.

Оба эти движения, наиболее эффективные во всем экзерсисе, выполняют общие (но различные по степени сложности) функции, направленные на развитие вращательной подвижности тазобедренного сустава, от которой зависит диапазон выворотности ног.

В заключении комбинаций ronds de jambe исполняются port de bras, подготавливающие корпус и руки для следующих упражнений, где их участие становится шире и активнее, так как движения усложняются, вводятся tours и повороты.

Четвертое упражнение — battements fondus. Это первое движение, в котором опорная нога поднимается на полупальцы, подготавливаясь к дальнейшей, более усиленной работе.

Fondus вырабатывают мягкость приседания и эластичность, необходимые в прыжках. Эти движения можно сравнить с растяжением и сдержанным сокращением тугой резиновой ленты.

К battements fondus присоединяются frappés и doubles frappés, которые исполняются резко и энергично. Это приучает мышцы и сухожилия быстро (контрастно) переключаться с мягких, плавных движений на резкие (стаккато).

Пятое упражнение — ronds de jambe en l'air, разрабатывающие подвижность коленного сустава и придающие его связкам силу и эластичность.

Ronds de jambe en l'air — круговые движения ноги в воздухе на высоте 45° — могут комбинироваться с tours sur le cou-de-pied и petits battements sur le cou-de-pied. Здесь также происходит переключение работы мышц и связок. Рекомендуется исполнять ronds de jambe en l'air и на 90°; оно вырабатывает силу бедра и подготавливает ногу к длительной работе (с выворотным бедром) на этой высоте.

Шестое упражнение — petits battements sur le cou-de-pied — вырабатывает быстрое, свободное владение нижней частью ноги (от колена до носка) при выворотном и неподвижном положении верхней части. С battements sur le cou-de-pied можно комбинировать tours и повороты.

Седьмое упражнение — battements développés. Это самое трудное движение экзерсиса; оно исполняется на 90° и выше и требует всесторонней подготовки.

Développés развивают шаг и силу бедра, что помогает удерживать ногу на предельной высоте.

Développés подготавливают тело к сложным adagio на середине зала, а также к прыжкам, где сила бедер необходима при толчке от пола и мягкого полуприседания после прыжка.

Восьмое упражнение, завершающее экзерсис, — grands battements jeté (большие батманы).

Они развивают шаг значительно активнее, чем développés: большой, энергичный бросок ноги способствует развитию внутренних бедренных мышц и сухожилий, усиливает работу тазобедренного сустава, что является главным в развитии шага.¹

¹ Предлагаемая последовательность экзерсиса у палки определилась не сразу. Пройдя длительный путь развития, изменений и дополнений, которые вносили преподаватели, эта система легла в основу обучения в Ленинградском хореографическом училище.

Подводя итог экзерсису у палки, мы видим, что каждое упражнение вносит в работу мышц, тазобедренного и коленного суставов новое дополнение: вводится подъем на полупальцы, комбинации становятся более сложными, в ряде движений ускоряется темп (например: ronds de jambe en l'air, petits battements sur le cou-de-pied и т. п. сначала исполняются четвертями, затем на восьмые и шестнадцатые доли).

Большая нагрузка падает в экзерсисе и на опорную ногу, сильно вытянутую, выворотную и принимающую на себя тяжесть всего тела.

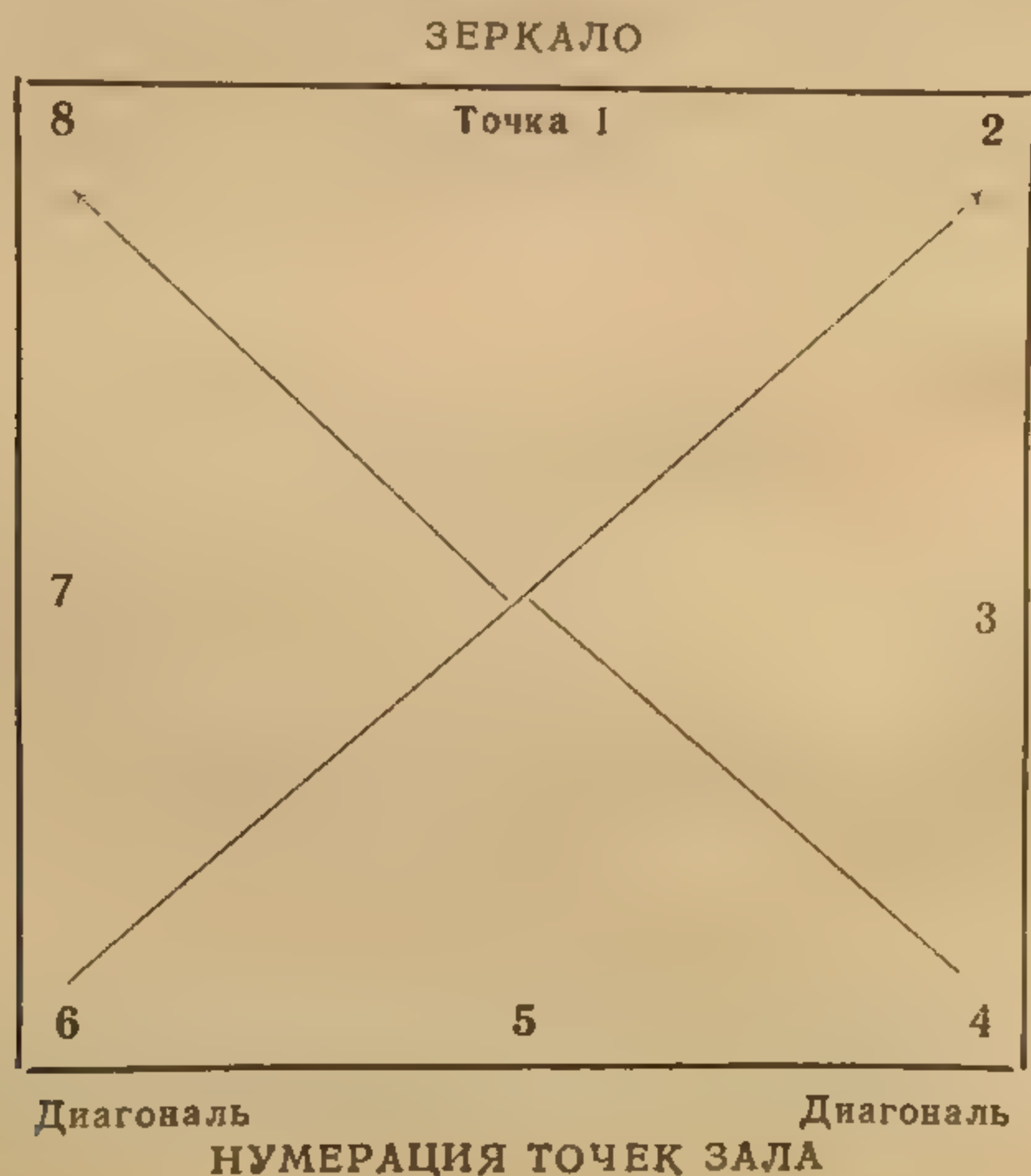
Корпус во всех упражнениях находится в вертикальном и подтянутом положении, за исключением моментов, когда его наклона, перегиба или поворота требует комбинация.

В движениях рук по позициям и в позах вырабатывается мягкость. Постановка рук и закрепление правильной формы происходят главным образом на II позиции.

Всевозможные наклоны и повороты головы сопровождают все движения экзерсиса, начиная с первого упражнения у палки.

Экзерсис на середине зала

Экзерсис на середине зала имеет такое же значение и развитие, как и экзерсис у палки. Последовательность его в основном та же. На середине зала он значительно сложнее, так как следует сохранять выворотность ног и равновесие тела



(особенно на полупальцах) без помощи палки. Правильное распределение центра тяжести подтянутого корпуса на двух и на одной ноге, ровные бедра и в особенности подтянутое и выворотное бедро работающей ноги — основные условия для овладения устойчивостью.

Работая перед зеркалом, не следует сосредоточивать внимание на какой-либо отдельной части тела, — необходимо охватывать взглядом всю фигуру, следя за правильностью формы и положением ног. Но кроме зрительного восприятия должно быть и *ощущение* всего тела, его собранности и подтянутости.

В первом классе экзерсис на середине зала идет в строго последовательном программном порядке и исполняется полностью. Во втором — в той же последовательности, что и у палки, но с добавлением к *plié* во всех позициях простейших *développés*.

В третьем классе к *plié* в позициях прибавляются *demi rond de jambe développé* и большие позы.

С четвертого класса перед экзерсисом рекомендуется делать несложное по форме маленькое *adagio* (не более восьми тактов по $\frac{4}{4}$), соединяя его в комбинации с *battements tendus* и *jetés* и заканчивая маленькими *tours sur le cou-de-pied*.

В средних и старших классах количество упражнений можно сокращать за счет соединения движений. Комбинации становятся сложнее и разнообразнее.

Основными движениями экзерсиса на середине зала, которые должны исполняться ежедневно, можно считать *battements tendus*, *jetés*, *fondus* и большие *battements*.

Rond de jambe par terre, *rond de jambe en l'air*, *battements frappés*, *doubles frappés* и *petits battements sur le cou-de-pied* могут комбинироваться с основными движениями.

Adagio

Танцевальную фразу, состоящую из различных видов *développé*, медленных поворотов в позах (*tours lent*), *port de bras*, всевозможных *renversé*, *grand fouetté*, *tours sur le cou-de-pied* и *tours* в больших позах, принято называть *adagio*.

Движения *adagio* изучаются постепенно. В младших классах *adagio* состоит из простейших форм *relevé lent* на 90° , *développée*, *port de bras*, исполняемых в медленном темпе и на всей ступне.

В средних классах *adagio* усложняется поворотами в больших позах; длительной устойчивостью на полупальцах в позах на 90° , *préparation* к *tours* и *tours* в больших позах; *tours sur le cou-de-pied*, переходами из позы в позу и т. п. Темп *adagio*, по сравнению с младшими классами, несколько ускоряется.

В старших классах понятие *adagio* приобретает условный характер, так как оно может исполняться не только в умеренном темпе, но и в ускоренном и отличается в построении тем, что в него включается больше вращательных движений, *tours*, *renversé*, *fouetté* и некоторые прыжки.

Это уже не типичное *adagio*: ускоренный темп и динамичность приближают его к *allegro*, подготавливают тело к *pas allegro*. Значение *adagio* чрезвычайно велико: оно объединяет ряд движений в одно гармоничное целое, развивает и укрепляет правильную форму движений классического танца.

Если в младших и средних классах *adagio* вырабатывает устойчивость, навыки свободного владения корпусом (при переходах из позы в позу) и плавные выразительные движения рук, то в старших классах использование в *adagio* технически трудных движений, исполняемых, как правило, на полупальцах, их сложное и разнообразное сочетание, подводит итог всесторонней технической подготовке.

В мужском сценическом танце, в противоположность женскому, *adagio* как танцевальная форма не встречается, но его изучение одинаково необходимо как в женском, так и в мужском классе, потому что оно неразрывно связано с прыжками, в первую очередь с большими, и придает им правильную форму.

Из всех разделов урока *adagio* включает в себя наибольшее количество разнородных движений и представляет особую трудность для правильного музыкально-хореографического построения. Маленькое *adagio* строится на музыкальную фразу не менее чем на четыре такта по $\frac{1}{4}$ или на восемь и двенадцать тактов. Большое — от двенадцати до шестнадцати тактов. Для построения *adagio* нужны четкий метр, ритм, темп и соблюдение тактовой квадратности.

Сильные движения (*tours* в больших позах, *grand fouetté*, *renversé*, *tours sur le cou-de-pied* и ряд других движений, которые в *adagio* следует выделить) начинаются на сильные доли такта, на первую или третью четверти четырехдольного размера. При других музыкальных размерах также на сильные доли. Если перечисленные движения падают на слабые доли такта (вторые и четвертые четверти), они нарушают единство музыкально-хореографического построения.

На слабые доли должны падать, главным образом, связующие и вспомогательные движения: *pas de bougrée*, все виды *passé* и т. п.

Allegro

Прыжки — самая трудная часть урока. Все, что вырабатывается экзерсисом и *adagio*, непосредственно связано с прыж-

ками и во многом способствует их развитию. Но особенное внимание следует уделять самим прыжкам.

Прыжок зависит от силы мускулатуры ног, эластичности и крепости связок ступни и коленей, развитого ахиллова сухожилия, крепости пальцев ног и в особенности от силы бедра. Самое же главное — уметь в момент отталкивания от пола с *plié* сохранить одновременность броска работающей ноги и толчка опорной, подтянуть корпус (что способствует увеличению прыжка), оказать помощь руками и ощутить собранность всего тела перед прыжком, в момент прыжка и в его заключении на *demi plié*.

В первом классе, прежде чем приступить к изучению прыжков, прорабатывается экзерсис, в котором, как говорилось выше, приобретает постановка корпуса, выворотность ног, эластичность приседания и т. д., после чего начинается работа над прыжками.

Лицом к палке разучиваются прыжки на I, II и V позициях (*temps levé*). Далее следуют *changement de pieds*, *échappé*, *assemblé* и *jeté* и т. д. Каждый новый прыжок изучается лицом к палке не более двух недель, затем он исполняется на середине зала.

Во всех классах первые прыжковые комбинации должны состоять из маленьких прыжков с двух ног на две, подготавливающих ноги к более трудным маленьким прыжкам на одну ногу. Переход от маленьких прыжков к большим должен быть постепенный; несложные большие прыжки комбинируются с маленькими.

Дальше следуют технически трудные большие прыжки: *saut de basque*, *sabriole* и т. д. (в старших мужских классах они усложняются заносками, двойными поворотами и *tours* в воздухе). Затем исполняются комбинации из маленьких прыжков с заносками.

Темп прыжковых упражнений устанавливается преподавателем в соответствии с требованиями программы данного класса и, естественно, должен быть различным в младших, средних и старших классах. Все новые программные прыжки разучиваются в медленном темпе; темп ускоряется по мере усвоения движений.

Все темпы, устанавливаемые для прыжковых комбинаций, сохраняются до конца фразы, даже если комбинация состоит из маленьких и больших разнородных прыжков. Музыкальное оформление играет здесь значительную роль, так как музыкальный рисунок должен подчеркивать различный характер прыжков.

1. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Позиции ног

Пять выворотных позиций ног — основные положения при исполнении движений в классическом танце.

Первая позиция: ступни развернуты носками в стороны по одной прямой линии, выворотно, пятки соединены.

Вторая позиция: ступни также развернуты по одной прямой, но пятки отстоят одна от другой на расстоянии длины ступни.

Третья позиция: ступни стоят одна перед другой, пятка одной ноги плотно примыкает к середине ступни другой.

Четвертая позиция: ступни ног стоят параллельно одна против другой на расстоянии длины ступни. Носок одной ноги приходится против пятки другой.

Пятая позиция: ступни стоят выворотно, одна перед другой, и плотно примыкают друг к другу. Носок одной ноги должен находиться у пятки другой.

ИЗУЧЕНИЕ ПОЗИЦИЙ НОГ. 1. Первоначальное изучение позиций ног происходит лицом к палке в течение примерно двух недель.

Встать к палке лицом, поставить ноги пятками вместе, носки слегка развернуть (не выворотно). Мышцы ног напряжены, колени вытянуты, кисти рук находятся на поверхности палки, напротив плеч, и не обхватывают палку, а свободно лежат на ней (большой палец, присоединенный к остальным, также лежит на поверхности палки). Пальцы соприкасаются между собой. Локти свободно опущены и находятся несколько впереди корпуса против кистей рук. Голова держится прямо. Взгляд направлен вперед. Корпус поставлен вертикально, желудок подтянут, ягодичные мышцы подобраны и напряжены, плечи опущены, грудная клетка раскрыта. Лопатки не сжимаются, а находятся в спокойном состоянии.

Подготовив правильное положение всей фигуры, встать в I позицию. Для этого, не сдвигая пятку и не отделяя ее от пола, отвести назад до выворотного положения ступню правой ноги.

Вслед за этим развернуть и левую ступню так, чтобы обе ступни образовали прямую линию. Центр тяжести корпуса распределяется равномерно на обеих ногах.

Переходя из I позиции на II, правую, работающую,¹ ногу с вытянутым подъемом и пальцами отвести в сторону по прямой линии, одновременно передав центр тяжести корпуса на левую опорную² ногу, которая в момент движения остается неподвижной и выворотной. При опускании пятки работающей ноги на пол на II позицию центр тяжести корпуса распределяется равномерно на обе ноги. Руки легко скользят по палке и перемещаются, положение кистей против плеч сохраняется.

Переходя в III позицию, вытянуть подъем и пальцы правой ноги, передать центр тяжести корпуса на левую ногу и продвинуть кисти рук по палке, положив их против плеч. Работающая нога по прямой линии движется к опорной. Поставив ноги в III позицию (пятка одной плотно прижата к середине стопы другой), передать центр тяжести корпуса равномерно на обе ноги.

После усвоения III позиции изучается V позиция (также лицом к палке); с IV позицией, как самой трудной, знакомятся в последнюю очередь, причем только тогда, когда усвоены I, II, III и V позиции лицом к палке и учащиеся продолжают их изучение, держась за палку одной рукой.

Для перехода из III позиции в V передать центр тяжести корпуса на левую опорную ногу, отвести работающую правую с вытянутыми подъемом и пальцами вперед так, чтобы носок работающей ноги пришелся против пятки опорной. Затем работающая нога возвращается к опорной и ставится в V позицию. Тяжесть корпуса распределяется равномерно на обе ноги.

Исполнив лицом к палке I, II, III и V позиции с правой ноги, повторить их с левой.

Ознакомив учащихся с позициями и с переменой ног в позициях, следует ввести в упражнение музыкальное сопровождение. Темп медленный. В каждой позиции стоят четыре такта по $\frac{4}{4}$ или восемь тактов по $\frac{2}{4}$. В дальнейшем такое количество тактов потребуется и для приседаний во всех позициях. Перемена ноги на следующую позицию происходит на вступительный такт $\frac{4}{4}$.

На первую четверть нога с вытянутым подъемом и пальцами отводится в нужном направлении; на вторую четверть выдерживается в вытянутом положении; на третью четверть ставится в позицию; на четвертую положение сохраняется.

¹ В дальнейшем всюду работающей ногой называется та, которая находится в движении и освобождена от тяжести корпуса.

² Опорной ногой мы называем ту ногу, на которую в момент движения приходится тяжесть тела. Она может быть неподвижной, но может и сама находиться в движении.

В дальнейшем, на приседаниях, перемена ноги в позициях делается слитно. Отведение работающей ноги в сторону и возвращение в исходную позицию происходит на последнюю восьмую такта $\frac{4}{4}$. Таким образом сохраняется целостность музыкально-хореографической фразы.

После усвоения позиций ног изучаются подготовительное положение и позиции рук. Дальнейшие движения ног по позициям сопровождаются движениями рук.

2. Дальнейшее изучение позиций ног происходит боком к палке. Учащиеся левой рукой берутся за палку, слегка обхватывают ее пальцами (большой палец обхватывает палку снизу, остальные сверху). Локоть согнутой левой руки свободно опущен и находится немного впереди корпуса. Правая рука остается в подготовительном положении. Голова повернута к правому плечу. Ступни ног поочередно разворачиваются в I позицию.

Изучению следующих позиций ног и переходу из одной позиции в другую предшествует *préparation* (подготовительные движения руки и головы).¹ Вводится музыкальное сопровождение. Счет $\frac{1}{4}$. На первую и вторую четверти рука поднимается в I позицию, на третью и четвертую открывается на II позицию. Затем в начале музыкальной фразы на протяжении первого такта рука со II позиции опускается вниз, в подготовительное положение. Движение повторяется два раза.

Далее следуют II, III, IV и V позиции, также сопровождаемые движениями руки и головы. При перемене позиций ног рука остается на II позиции, голова повернута в сторону руки, взгляд направлен на кисть.

Отведение в сторону и приведение в исходное положение работающей ноги и перемещение центра тяжести тела на опорную ногу при переходе во II позицию и из II позиции в III такое же, как и при изучении позиций ног лицом к палке.

Переходя из III позиции в IV, следует передать тяжесть корпуса на левую ногу, правую перевести вперед, вытянув подъем и пальцы. Носок работающей ноги должен быть напротив пятки опорной. Опуская пятку на пол, отвести носок назад. Таким образом, ступня примет выворотное положение параллельно левой ноге. В момент разворачивания ступни работающая нога в верхней части (в бедре) слегка подтягивается к опорной и занимает положение IV позиции.² При опускании

¹ Подробное описание движений рук и головы см. в разделах «*Plié*» и «Позиции рук».

² Выворотная III позиция изучается только в первом классе. Дальше она отпадает, так как в классическом танце не встречается. Когда исключена III позиция, перемена ноги в IV позицию у палки и на середине зала идет со II позиции. Для этого, вытянув подъем и пальцы работающей ноги, передать тяжесть корпуса на опорную ногу. Работающая нога, не отрывая носка от пола, движется вперед по дуге и ставится в IV позицию.



ПОЗА I ARABESQUE



ПОЗА ECARTÉE НАЗАД

3450

К
О
П
Г
П
Б
Ф
Н
И
Л
Э
К
Н
К

3450

пятки на пол корпус подается вперед, и его тяжесть распределяется на обе ноги.

Переходя из IV позиции в V, вытянуть подъем и пальцы правой ноги, свободно продвинув носок вперед, и передать тяжесть корпуса на левую ногу. Правая нога движется к левой (ступня постепенно принимает выворотное положение) и ставится в V позицию.

По окончании упражнений рука опускается в подготовительное положение (на заключительный такт $\frac{4}{4}$). Исполнив упражнения с правой ноги, проделать их с левой.

Общие замечания. Ступни ног, поставленные в позицию, не должны опираться на большой палец или мизинец.

При перемене ног и стоя в позициях необходимо сохранять правильное положение всей фигуры: рук, корпуса, головы. Ступню с выворотной пяткой следует вести, не отделяя носка от пола, при выворотном положении всей ноги.

Отводя работающую ногу в требуемое положение, пятку не следует сразу отделять от пола: предварительно надо слегка нажать пяткой на пол, но этот нажим не должен препятствовать свободному скольжению ступни по поверхности пола. Сначала скользит вся ступня, затем вытягиваются подъем и пальцы.

При возвращении работающей ноги к опорной, носок скользит, не отрываясь от пола, затем мягко сгибается подъем, опускается пятка, и вся ступня, коснувшись пола, завершает скользящее движение.

Позиции рук

В классическом танце огромная роль принадлежит постановке рук. Руки являются одним из основных выразительных средств артистов балета. Они придают законченный рисунок различным позам. Кроме того, руки должны помогать при выполнении танцевальных движений, особенно вращательных, на полу и в воздухе, а также в трудных прыжках, где они оказывают активную помощь корпусу и ногам.

Постановка рук — это манера держать их в определенной форме, на определенной высоте, в позициях и в других положениях, принятых в классическом танце.

Постановка рук начинается с подготовительного положения и позиций. Подготовительное положение в учебной работе является обязательным, из него руки начинают движение в позиции и в различные положения.

Подготовительное положение. Руки опущены вниз перед корпусом и на всем протяжении не соприкасаются с ним. Локти направлены в стороны, несколько согнуты, образуют овал. Кисти рук и пальцы также закруглены, ладони направлены вверх. Кисти почти соприкасаются: расстояние между ними

равно примерно двум пальцам. Пальцы сгруппированы; большой палец направлен к выдвинутому вперед среднему, но не соприкасается с ним.

Плечи в подготовительном положении и во всех позициях должны быть опущены вниз, нельзя выдвигать их, отводить назад или поднимать вверх.

Некоторые преподаватели-хореографы выделяют семь позиций рук. Считаем это неубедительным, так как три позиции, принятые в Ленинградском хореографическом училище, развивают основные направления рук и успешно выполняют задачу их постановки.

Первая позиция дает направление рукам вперед, вторая — направление в сторону, третья — направление вверх. Другие положения рук нет основания считать позициями, так как они состоят из комбинаций трех основных позиций и изучаются без специального обозначения, путем наглядного показа преподавателем.

Первая позиция: руки подняты перед корпусом на уровне диафрагмы, немного согнуты в локтях и запястьях, образуя овал, как и в подготовительном положении. Ладони обращены к себе. Локти и пальцы на одном уровне. Плечи опущены (следить, чтобы они не поднимались и не выдвигались вперед). Кисти приближены друг к другу. Расстояние между пальцами и их положение такое же, как и в подготовительном положении.

Принятая для I позиции высота рук на уровне диафрагмы совсем не случайна. На такой высоте руки могут хорошо поддерживать корпус за счет напряжения мышц верхней части руки (от плеча до локтя), что важно для *pirouettes*, *tours* в воздухе, *tours chaînés* и многих других движений, где руки фиксируют I позицию во время вращения. В больших прыжках I позиция является своего рода трамплином перед раскрытием рук в какое-либо положение и помогает подтягивать корпус в момент взлета. Если руки подняты выше принятого уровня, они не могут помочь корпусу и теряют активность. Незначительное отклонение от уровня рук в I позиции допускается только в сторону понижения, но не повышения.

Принятая высота уровня рук дает возможность не закрывать область груди, что важно с эстетической точки зрения.

Вторая позиция: руки раскрыты в стороны на высоте плеч. Плечи, локти и кисти находятся на одном уровне. Локти обращены назад, линия рук дугообразная, ладони повернуты к зрителю. Положение пальцев то же, что в подготовительном положении и в I позиции. Необходимо следить за тем, чтобы руки не заходили назад, а были немного впереди плеч.

Во время упражнений нужно тщательно соблюдать правильность положения рук, уровень которых поддерживается мышцами плеча и предплечья. Плечи не должны подниматься.

Руки, поднятые на уровень плеч, сохраняют правильное горизонтальное положение. Если их поднять выше этого уровня, неизбежно поднимутся плечи. Если же плечи удерживать на месте, а руки поднимать выше уровня плеч, невозможно сохранить правильную линию: обязательно будут опускаться локти.

Руки, опущенные несколько ниже уровня плеч, могут и не нарушать правильной линии, но они будут казаться пассивными.

Третья позиция: руки подняты вверх и образуют овал над головой. Кисти сближены, как в подготовительном положении и в I позиции. Ладони обращены вниз. Положение пальцев прежнее. Преподавателю нужно следить за тем, чтобы локти не шли вперед, а кисти рук не опускались.

Руки не должны быть *над* головой, тем более недопустимо, чтобы руки заходили *за* голову. Они должны быть слегка впереди головы, что является обязательным (особенно для мужчин), так как при отведении рук назад развитые плечевые мышцы поднимаются и создается впечатление поднятых плеч, а в профильном положении фигуры лицо закрывается руками.

Правильность положения рук в III позиции можно проверить. Для этого, не поднимая головы, нужно посмотреть наверх; если при этом видны мизинцы, значит, III позиция установлена правильно; если же видны все пальцы, руки следует отвести немного назад, чтобы были видны только мизинцы. Если мизинцев не видно, значит руки зашли назад слишком далеко и их следует подвинуть вперед. Такую проверку надо проводить до тех пор, пока ученики не овладеют навыком правильно определять положение рук в III позиции по зеркалу и по ощущению.

Прочие положения рук. Помимо трех перечисленных позиций, в учебной работе и в сценическом танце имеются промежуточные положения рук или, как их называют, полупозиции. Например, между подготовительным положением и I позицией (примерно на уровне пояса) вперед и в сторону, между II и III позициями в закругленном или вытянутом положении.

Положение рук в arabesques совсем иное, чем в позициях или в позах с закругленной линией. В arabesques обе руки вытянуты свободно, без напряжения. Ладони обращены вниз. Кисти и пальцы продолжают прямую линию рук. Пальцы сгруппированы: большие приближены к средним. Такое же положение рук сохраняется и в других позах, например в attitude allongé и т. д.

ПЕРЕХОД РУК ИЗ ОДНОЙ ПОЗИЦИИ В ДРУГУЮ. Изучение позиций рук происходит на середине зала в следующем порядке: из подготовительного положения руки поднимаются в I позицию, затем переходят в III и, раскрываясь, опускаются во II, после чего заканчивают движение в исходном положении.

Такая последовательность наиболее логична для изучения позиций в движении.

Первоначальное изучение происходит в медленном темпе, с фиксацией положения рук в каждой позиции. Если исполнение идет на $\frac{3}{4}$, то на первый такт руки поднимаются в I позицию, на второй такт выдерживаются в позиции и т. д.

В развитии мягкости и выразительности рук важную роль играют кисти. Они делают руки живыми и «говорящими». При поднимании и опускании рук, при их переходе на позиции, полупозиции и в различные комбинации движение начинается с кисти. Особенно активным движение кистей должно быть при раскрытии рук через I позицию на II и из III позиции на II. При этом овальная линия несколько распрямляется, что делает руки выразительными.

Наиболее тщательно нужно тренировать переход рук из III позиции на II и со II позиции. Опуская руки в подготовительное положение, надо следить, чтобы, по мере раскрытия рук из III позиции на II, кисти не поворачивались ладонями вверх, а постепенно раскрывались ладонями к зрителю. При этом локти не опускаются, а поддерживают ровную линию закругленных рук.

Опуская руки из II позиции в подготовительное положение, надо слегка приподнять их, одновременно несколько вскинув вверх кисти, которые в этот момент разворачиваются ладонями вниз. Овальная линия немного распрямляется. При опускании рук кисти отстают и на ходу постепенно закругляют линию.¹

Учебное поднимание рук во II позицию происходит через I. Поднимание в III позицию может происходить из I и II позиций. Опускание рук из III позиции в подготовительное положение происходит через II позицию. Из III позиции на II руки могут опускаться сразу вниз, но могут проходить и через I позицию.

УЧАСТИЕ РУК В ЭКЗЕРСИСЕ. В статичном положении или в прыжке, в момент фиксации позы, руки сохраняют четкость линии. При движении одной или двух рук нужно следить, чтобы они не заходили за линию центра фигуры, когда находятся впереди корпуса или перед головой.

В упражнениях у палки руки, как правило, сохраняют постоянное положение: одна на II позиции, другая на палке. II позиция наиболее удобна и полезна в работе, поэтому она применяется как основная (особенно в младших классах). При исполнении упражнений на середине зала, на полупальцах,

¹ Повороты и отставание кистей во время опускания и поднимания рук можно использовать только тогда, когда хорошо усвоено движение по позициям.

руки, открытые на II позицию, помогают сохранять устойчивость.

Многие упражнения у палки и на середине зала начинаются с предварительного открывания рук в позицию (чаще всего во II) и комбинированные положения. Это является подготовкой к упражнению — *préparation*.

Вначале поднимается в I позицию рука, затем нога из исходной позиции (I или V) одновременно с рукой открывается на II позицию. Для некоторых упражнений в *préparation* рука и нога начинают движение вместе (например, *préparation* перед *rond de jambe par terre*).

В первом классе в первом полугодии *préparation* выполняется на вступительный такт $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти рука поднимается в I позицию, на третью и четвертую четверти отводится на II позицию.

Во втором полугодии и в следующих классах одна или обе руки перед упражнением поднимаются в требуемую позицию на затакт на $\frac{2}{4}$, исполняемые аккордами. В момент поднимания руки в I позицию голова поворачивается прямо, взгляд сопровождает кисть. Дальше голова слегка склоняется к плечу, противоположному поднятой руке, затем вместе с движением руки поворачивается в сторону руки, открываемой на II позицию. Взгляд сопровождает кисть.

После упражнения руки опускаются в подготовительное положение на заключительный такт $\frac{4}{4}$ (в старших классах — на два заключительных аккорда).

В ряде упражнений у палки и на середине зала (например, в *battements développés* и *fondus* и т. д.) для развития координации движений рук и ног одна или обе руки могут начать движение одновременно с ногами на начало музыкальной фразы и также одновременно закончить его на конец музыкальной фразы.

Голова и лицо

Положение головы и выражение лица имеют в танце большое значение. Без наклонов головы, без ее поворотов ни одна поза не имеет законченного вида. Выразительность лица и глаз одухотворяет позы.

Положения головы, ее наклоны и повороты изучаются уже с первого года обучения. Движения головы вводятся постепенно, сперва в *préparation* (при открывании рук на II позицию), затем в *grand plié*, *épaulement*, при изучении *port de bras* и поз.

Учащиеся во время упражнений от физической нагрузки часто напрягают шею, закусывают губы, появляются судорожные

подергивания лицевых мышц. Эти недостатки следует устранять, чтобы они не вошли в привычку и не помешали в дальнейшем.

Épaulement

В классическом танце встречаются различные положения фигуры: прямо (*en face*), в полуоборот (*épaulement*), спиной и в профиль к зрителю. Наиболее широко в танце применяются положения *épaulement* и *en face*.

Épaulement — положение фигуры в полуоборот к зрителю по диагонали. Оно тесно связано с понятиями *croisé* и *effacé*.

Понятие *croisé* означает скрещенность линий в позе танцующего (направление поворота головы и корпуса создает как бы скрещенную линию, ноги тоже скрещены).

Понятие *effacé* означает развернутое положение фигуры без скрещенных линий.¹

Так, например, если в V позиции правая нога находится впереди, корпус повернут правым плечом вперед, голова направо — это положение *épaulement croisé*. Если, не меняя поворота плеч и головы, поставить правую ногу назад, скрещенность линий пропадает, фигура принимает положение *épaulement effacé*.

Понятия *croisé* и *effacé* тесно связаны с маленькими и большими позами классического танца.

В первом классе положение *épaulement* вводится во второй половине года в упражнениях на середине зала, на *plié* в III, IV и V позициях, затем, при изучении поз, *port de bras* и *temps lié*.

Устойчивость (*aplomb*)

Устойчивость — один из основных элементов классического танца.

Положение фигуры в позах и упражнениях на всей ступне, на полупальцах и пальцах, на двух и на одной ноге должно быть уверенное, устойчивое, без смещения опорной ноги и подскоков на ней.

Сохранить длительную устойчивость на полупальцах и пальцах на одной ноге в зафиксированной позе трудно. Еще труднее не потерять устойчивость позы после большого прыжка и приземления на одну ногу, после прыжка с вращением в воздухе, а также в турах и пируэтах.

Развитие устойчивости начинается с первого класса, когда вырабатываются постановка ног и корпуса в экзерсисе у палки

¹ *Croisé* (франц.) — скрещенный; *effacé* (франц.) — стертый.

и умение распределять центр тяжести корпуса равномерно на одну или на две ноги. Положение фигуры при этом должно быть вертикальное, без наклона вперед или назад и прогиба в пояснице; спина прямая, ягодичные мышцы подтянуты. Поясница укрепляется напряжением спинных мышц. Ни в коем случае нельзя держать спину с напряженно соединенными лопатками, это неизбежно ослабляет подтянутость поясницы.

Основа устойчивости заключается в сохранении вертикальной оси, которая проходит по середине головы и корпуса и заканчивается на подушечке опорной ноги, когда стоишь на полупальцах, и на пятке, когда стоишь на всей ступне.

В тех случаях, когда требуется перегнать корпус в сторону, назад или наклон его вперед, для устойчивости центр тяжести корпуса должен быть на опорной ноге, через которую проходит вертикальная ось тела. Равновесие удерживается благодаря правильному распределению центра тяжести корпуса на опорной ноге в сочетании с подтянутой спиной и бедрами. Сохранению устойчивости способствует также закрепленное в выворотном положении бедро работающей ноги и выворотность опорной.

Понятия *en dehors* и *en dedans*

Понятиями *en dehors* (наружу) и *en dedans* (внутри) определяются вращательные движения ноги по кругу или вращения фигуры на полу или в воздухе вокруг своей вертикальной оси на одной или на двух ногах, с продвижением или на месте.

С понятиями *en dehors* и *en dedans* учащиеся впервые знакомятся при изучении *rond de jambe par terre*, где работающая нога из I позиции движется в направлении вперед и по дуге, в сторону и назад, замыкая круг в I позиции, то есть описывает наружный круг от опорной ноги (*en dehors*).

Движение ноги в направлении назад и по дуге, в сторону и вперед, описывающее круг к опорной ноге, будет *en dedans*.

Усвоив на *rond de jambe par terre* движение ноги по наружному и внутреннему кругу, значительно легче ориентироваться в *en dehors* и *en dedans* при поворотах и турах.

Все вращательные движения фигуры вокруг своей вертикальной оси (направления поворота) определяются теми же понятиями *en dehors* и *en dedans*, что и в *rond de jambe par terre*.

Вращение *en dehors* — это вращение от опорной ноги слева направо, если стоять на левой ноге; *en dedans* — к опорной ноге справа налево.

Таким образом, понятие *en dehors* и *en dedans* ложится в основу определений вращательных движений ног и фигуры по наружному и внутреннему кругу.

Полуприседание (*demi plié*) и глубокое, большое приседание (*grand plié*) развивают ахиллово сухожилие, коленные и голеностопные связки, эластичность и крепость которых играют значительную роль в классическом танце. В приседаниях, особенно глубоких, активно участвует спина, где она сохраняет прямое (вертикальное) положение, что способствует развитию и укреплению мышц поясницы.

Полуприседание (*demi plié*) является неотлучным спутником прыжков: эластичным и сдержанным полуприседанием начинается и заканчивается любой прыжок, поэтому ему следует уделять особое внимание не только в позициях, но и в различных комбинациях движений.

Общие замечания. Приседания в первом классе надо начинать с полуприседаний в позициях, лицом к палке. IV позиция (как и при изучении позиций ног) включается в работу последней, когда учащиеся исполняют полуприседания, держась за палку одной рукой.

Глубокое приседание изучается позже, ибо требует поставленных, выворотных и достаточно сильных ног, поставленной и закрепленной спины. Эти качества вырабатываются при изучении позиций ног, полуприседаний, *battements tendus* и других движений на полу. Только после этого можно перейти к изучению глубоких приседаний.

В полуприседаниях и приседаниях особое внимание обращается на выворотное положение ног, иначе ахиллово сухожилие не в полной мере включается в работу и не получает должного развития. Недопустим «завал» на внутренние стороны ступни, на большой палец. Центр тяжести тела распределяется равномерно на обе ноги. Корпус должен быть прямым и подтянутым, спина без прогиба в пояснице, ягодичные мышцы напряжены и втянуты (особенно при исполнении приседаний во II позиции). Мышцы ног также напряжены; колени предельно развернуты и при приседании направлены в сторону носков (колени против носка).

Приседание и выпрямление происходят равномерно, без рывков, причем, достигнув предельной точки вниз, нельзя задерживаться на *plié*; подниматься следует сразу, не прерывая движения.

В первом классе полуприседание и полное приседание изучаются отдельно и исполняются по два раза на всех позициях каждое. Позднее возможны соединения двух полуприседаний с одним полным приседанием.

В последующих классах количество приседаний сокращается наполовину. В упражнениях у палки и на середине зала добавляются движения, связанные с приседанием, поэтому не сле-

дует увлекаться излишним количеством приседаний: это ослабляет связки ног. В ежедневных занятиях и на протяжении всего курса обучения рекомендуется приседания у палки чередовать: один день исполнять их с правой ноги, другой — с левой и т. д. Такое чередование даст равномерное развитие обеих ног.

DEMI PLIÉ. В полуприседаниях пятки не должны отделяться от пола. Это развивает ахиллово сухожилие, вырабатывает правильное положение ступни в прыжках, где толчок от пола делается пятками. При исполнении полуприседаний рука предварительно открывается на II позицию.

В самом начале обучения (в первом полугодии первого класса) полуприседание исполняется на два такта по $\frac{4}{4}$, в медленном темпе. На первый такт делается приседание, на второй — выпрямление.

Во втором полугодии полуприседание исполняется на один такт $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти — приседание, на третью и четвертую — выпрямление. В последующих классах — также на один такт $\frac{4}{4}$, но темп несколько ускоряется.

GRAND PLIÉ. В глубоком приседании следует как можно дольше удерживать пятки на полу, пока они сами непроизвольно не оторвутся от него. При выпрямлении нужно стараться как можно раньше опустить пятки на пол, но не ускорять темпа выпрямления ног. Обе пятки должны отделяться от пола и ставиться на пол одновременно. Все время надо сохранять предельную развернутость бедра и выворотность ступней.

В полном приседании во II позиции пятки от пола не отделяются.

На приседании в IV позиции следует правильно распределять центр тяжести тела между ступнями и приседать равномерно на обеих ногах.

В первом полугодии первого класса глубокое приседание изучается в медленном темпе на два такта по $\frac{4}{4}$. Один такт — приседание, второй — выпрямление.

Во втором полугодии приседание можно исполнять на один такт $\frac{4}{4}$. Медленный темп сохраняется.

В последующих младших классах полное приседание исполняется в медленном темпе на один такт $\frac{4}{4}$; в средних и старших классах также на один такт, но темп несколько ускоряется.

Полуприседание и глубокое приседание могут комбинироваться друг с другом или с другими движениями и исполняться на один такт $\frac{2}{4}$.

Глубокое приседание требует координации движений ног, рук и головы при активном участии корпуса. Перед началом

приседания рука открывается через I позицию на II (*préparation*). При исполнении глубокого приседания на середине зала на II позицию открываются обе руки. Со II позиции рука опускается в подготовительное положение, проходит близко от колена, не задевая его, затем поднимается в I позицию и открывается на II. Движение руки плавное, неразрывно связанное с движением ног, начинается и заканчивается одновременно с началом и окончанием *plié*. Точное распределение движения на музыкальные доли воспитывает координацию.

Опуская руку (особенно на приседаниях в IV и V позициях), надо следить, чтобы плечо не выдвигалось вперед.

Перед началом приседания голова повернута в сторону руки, открытой на II позицию, взгляд направлен на кисть. При переходе руки в подготовительное положение взгляд сопровождает ее движение, при этом голова немного опускается вниз и, не поворачиваясь, слегка склоняется к плечу, противоположному работающей руке. Затем рука поднимается до I позиции, голова поднимается и поворачивается в сторону открывающейся на II позицию руки, взгляд направлен на кисть.

PLIÉ НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. На середине зала полуприседание и приседание во всех позициях изучается сначала en face. Позже III, IV и V позиции исполняются в *épaulement*, I и II позиции — face.

Полуприседание и полное приседание в IV позиции на середине зала может быть исполнено на *croisé* и на *effacé*.

В начале изучения приседания в IV позиции на середине зала рекомендуется держать руки, не меняя их положения: одну руку (противоположную ноге, находящейся впереди) на I позиции, другую — на II. Это положение помогает сохранять корпус прямым, удерживать его от поворота боком.

В дальнейшем, когда закрепится правильное положение корпуса и плеч, руки могут быть включены в работу и действовать так же, как и в других позициях.

Relevé

В танцевальной терминологии *relevé* имеет двойной смысл: во-первых, *relevé* означает подъем на полупальцы или пальцы на двух или на одной ноге, во-вторых, — поднимание вытянутой ноги на различную высоту в любом направлении.¹ *Relevé* — подъем на полупальцы и поднимание ноги — делается из всех позиций.

RELEVÉ — ПОДЪЕМ НА ПОЛУПАЛЬЦЫ И ПАЛЬЦЫ. В первом классе подъем на полупальцы сначала изучается ли-

¹ *Relevé* (франц.) — поднятый.

цом к палке при помощи специальных упражнений: сперва на вытянутых ногах, затем с *demi plié* (*plié relevé*) на двух и на одной ноге. Во время подъема на полупальцы на одной ноге другая находится в положении *sur le cou-de-pied* впереди или сзади.

RELEVÉ — ПОДНИМАНИЕ НОГИ. *Relevé* — поднимание вытянутой ноги на 90° — изучается раньше, чем *développé*, как у палки, так и на середине зала.

Relevé выполняется во всех направлениях: вперед, в сторону и назад. Сначала каждой ногой отдельно, затем одной ногой в разных направлениях. При разучивании больших поз на 90° полезно вначале делать *relevé-lent*, а затем *développé*.

Посредством *relevé* можно, подняв ногу на 90° и согнув ее в колене (*passé* на 90°), принять позу *attitude croisée*, *effacée* и т. п.

Поднимание работающей ноги может быть на вытянутой опорной или на *plié*.

Relevé lent выполняется следующим образом: работающая нога с вытянутым подъемом и пальцами из I или из V позиции без отрыва носка от пола сначала отводится, как на *battement tendu*, в любом направлении и затем медленно поднимается на 90° , после чего так же медленно опускается в исходное положение, при этом вытянутый носок скользит по полу.

Последовательность изучения та же, что и в *développé*.

II. BATTEMENTS

Отведение работающей ноги в каком-либо направлении и возвращение ее к опорной в хореографической терминологии называется *battement*.

Отведение ноги может быть из вытянутого положения и из согнутого в вытянутое; приведение ноги — вытянутое и согнутое.

Каждый вид *battement* имеет свою форму и носит самостоятельное название.

Battement tendu simple¹

Battements tendus simples (простые) выполняются из I и V позиций вперед, в сторону и назад, музыкальный размер $\frac{1}{4}$ и $\frac{2}{4}$.

Вначале изучение идет в медленном темпе, отдельно, с остановками. Открывание и закрывание вытянутой ноги происходит равномерно. В законченной форме *battements tendus* акцент движения падает на момент возвращения ноги в I или V позицию. Во время движения бедро работающей ноги должно быть выворотным и подтянутым в тазобедренном суставе. Бедра держатся ровно.

Первоначально *battements tendus* изучаются лицом к палке в I позиции с отведением правой ноги в сторону² и повторяются в этом направлении от четырех до восьми раз. Затем выполняются с левой ноги. Дальше упражнение разучивается вперед (с одной и другой ноги) и назад.

В V позиции *battements tendus* выполняются в том же порядке. При изучении *battements tendus* у палки или на середине зала (вначале в I позиции, затем в V) последовательность исполнения остается та же.

¹ *Tendu* (франц.) — натянутый.

² Развернутое положение ног в сторону дает начинающим наиболее яркое представление о выворотности и легче усваивается, чем вперед и назад.

Позднее эти направления объединяются в одну комбинацию и исполняются в общепринятой последовательности: вперед, в сторону, назад и в сторону.

После усвоения *battements tendus* в этой последовательности направления могут варьироваться различно.

Battement tendu из I позиции. Встать в I позицию, правую руку открыть через I позицию на II.

а) *Battement tendu вперед.* Правую ногу, вытягивая подъем и пальцы, не отрывая носка от пола, отводят вперед (носок идет вперед по прямой от своей исходной точки в I позиции). Центр тяжести корпуса передается на опорную ногу.¹ Работающая нога легко движется по поверхности пола, пятка сильно выдвигается вперед для сохранения выворотного положения ступни.

При возвращении работающей ноги в I позицию движение следует начать от носка, также удерживая пятку вперед; ступня сгибается в подъеме и на ходу разворачивается в выворотное положение I позиции.

б) *Battement tendu в сторону.* Исполняя *battement tendu* в сторону, следует отводить работающую ногу по прямой линии от опорной ноги.

Для сохранения выворотности пятка выдвигается вперед, носок оттягивается назад.

При возвращении ноги в I позицию выворотность сохраняется.

в) *Battement tendu назад.* При исполнении *battement tendu* назад, отводя ногу, движение следует начать от носка, удерживая ногу в максимально выворотном положении (носок идет назад по прямой от своей исходной точки в I позиции).

Возвращая ногу в I позицию, движение начать от пятки, носок оставить отведенным назад, что придаст ступне необходимую выворотность.

Battement tendu из V позиции. На *battements tendus* из V позиции нога отводится вперед носком против пятки опорной. В сторону — выводится носком по прямой линии от опорной ноги: носок против ее пятки. Назад нога идет так же, как и вперед: носок работающей ноги против пятки опорной.

Исполняя *battements tendus* из V позиции, нужно тщательно следить за тем, чтобы, при отведении и приведении работающей ноги в V позицию вперед, из направления вперед и в сторону, колено оставалось вытянутым. Натянутость колена во время отведения и приведения ноги в V позицию сзади, из направления назад и в сторону достигается значительно легче.

¹ Во время движения ноги, независимо от направления, центр тяжести корпуса остается на опорной ноге.

Для сохранения выворотного положения ступни работающей ноги применяются те же правила, что и в I позиции.

Отводя ногу вперед, пятку следует активно выдвигать вперед. Возвращая ногу в исходную позицию, скорее отводить носок к пятке опорной ноги, чтобы пятка и носок работающей ноги одновременно пришли в соприкосновение со ступней опорной ноги.

При закрывании ноги со II позиции в V назад пятка работающей ноги движется вдоль ступни опорной и в конечной точке плотно прижимается к носку опорной ноги.

При движении назад активно отводится носок.

Закрывая ногу в V позицию сзади, надо скорей подводить пятку к носку опорной ноги, чтобы пятка и носок работающей ноги одновременно подошли к ступне опорной.

Общие замечания. При отведении ноги скользящим носком по полу вперед в конечной точке нужно прикасаться к полу большим пальцем; при приведении ноги в I или V позиции нельзя опускать пятку — она держится вперед и высоко; ступня, сгибаясь, подбирается, и прикосновение к полу с большого пальца переходит на всю плоскость ступни.

При отведении ноги скользящим носком по полу назад соприкосновение с полом постепенно переходит на большой палец; при закрывании ноги в I или V позиции пятка не поднимается, а остается опущенной вниз. Ступня, сгибаясь, подбирается, и прикосновение к полу с большого пальца переходит на всю плоскость ступни.

При отведении в сторону нога прикасается к полу одним носком.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. На первый такт нога отводится в требуемом направлении; на второй — положение сохраняется; на третий возвращается в I или V позицию; на четвертый — положение сохраняется.

2. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта нога отводится в требуемом направлении; на вторую — положение сохраняется; на первую четверть второго такта нога возвращается в I или V позицию; на вторую — положение сохраняется.

3. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта нога отводится в нужном направлении; на вторую возвращается в исходную I или V позицию; на первую четверть второго такта отводится; на вторую четверть возвращается в I или V позицию и т. д.

4. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога отводится в заданном направлении; на первую четверть возвращается в I или V позицию; на первую восьмую второго такта отводится; на вторую восьмую возвращается в I или V позицию.

Таким образом, в законченной форме при размере $2/4$ на один такт делается два battements tendus.

Вначале в каждом из трех направлений battement выполняется по четыре раза, затем по восемь во всех направлениях.

Battement tendu demi plié

Battement tendu demi plié состоит из battement tendu simple и demi plié. Исходное положение I или V позиция.

Работающая нога отводится в заданном направлении (вперед, в сторону, назад) по правилам battement tendu (при этом опорная нога остается вытянутой), затем возвращается в исходное положение. В заключении — demi plié на обеих ногах.

При повторении battement опорная нога вытягивается, затем также выполняется demi plié на обеих ногах и т. д.

Движение ног должно быть координированно: вытягивание и сгибание (demi plié) работающей и опорной ноги происходит одновременно.

Double battement tendu

Double battement tendu является разновидностью battement tendu simple. Выполняется с опусканием пятки на пол во II позиции (реже в IV позиции). Double battement tendu может быть выполнен с однократным, двукратным, трехкратным и более опусканием пятки на пол. В момент опускания пятки мышцы остаются натянутыми, подъем сохраняет упругость, центр тяжести корпуса остается на опорной ноге.

Исполнение doubles battements tendus, особенно с многократным опусканием пятки, способствует развитию ступни, укрепляет связки, вырабатывает упругость ахиллова сухожилия, подъема и пальцев.

Doubles battements tendus, как и battements tendus simples, изучаются сначала в медленном темпе, в размере $4/4$ или $2/4$. Акцент движения падает на опускание пятки на пол. При размере $2/4$ нога за тактом отводится в сторону, во II позицию (для IV позиции — вперед или назад), на первую четверть пятка опускается на пол. Между первой и второй четвертью (на третью восьмую) подъем вытягивается, нога касается носком пола и на вторую четверть возвращается в исходное положение.

Doubles battements tendus часто комбинируются с battements tendus simples.

Пример: сделать четыре battements tendus simples в сторону в V позицию на два такта по $2/4$. На последнюю восьмую

второго такта отвести ногу на II позицию. На первую восьмую третьего такта опустить пятку на пол и вытянуть подъем. На вторую и третью восьмую сделать то же самое. Четвертая восьмая — пауза: нога выдерживается на вытянутом носке. На четвертый такт повторить все движения предыдущего такта. Дальше комбинация повторяется сначала.

Doubles battements tendus, как и battements tendus simples и battements tendus demi plié, могут исполняться в позах у палки и на середине зала. Перемены поз развивают координацию движений ног, рук, головы и корпуса.

Пример комбинации у палки. Размер $2/4$. На первый такт сделать два battements tendus simples в V позицию вперед. На второй такт в том же направлении исполнить battement tendu demi plié в V позиции. На последнюю восьмую такта, выпрямляясь из demi plié, отвести работающую ногу вперед на effacé на вытянутый носок, руку поднять на III позицию; голова склоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть. На третий такт два battements tendus simples в V позицию в позе effacée вперед. На четвертый такт battement tendu demi plié в V позиции (в этой же позе). На последнюю восьмую, поднимаясь из demi plié, отвести работающую ногу в écartée назад (на полу). На пятый такт два battements tendus simples в V позицию в позе écartée (первый battement закончить приведением работающей ноги в V позицию вперед, второй — назад). На шестой такт — battement tendu demi plié в позе écartée назад, закрыть ногу в V позицию вперед. На последнюю восьмую такта, поднимаясь из demi plié, отвести ногу на II позицию на вытянутый носок, одновременно повернуться en face, руку опустить на II позицию. На седьмой такт — double battement tendu на II позицию и закрыть ногу в V позицию вперед. На восьмой такт повторить double battement и закрыть ногу в V позицию назад.

Всю комбинацию исполнить в обратном направлении; поза effacée — назад, поза écartée — вперед.

Battement tendu en tournant

Все виды battements tendus на середине зала могут исполняться с поворотом (en tournant) на $1/8$ и $1/4$ часть круга с отведением ноги вперед (en dehors), назад (en dedans), в сторону — en dehors и en dedans.

BATTEMENT TENDU SIMPLE EN TOURNANT С ОТВЕДЕНИЕМ НОГИ ВПЕРЕД (поворот на $1/8$ часть круга). En dehors. Встать в V позицию en face, правая нога впереди, руки раскрыты на II позицию.

Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога отводится вперед в точку 2 плана класса (план класса см. на стр. 10), одновременно корпус поворачивается в ту же точку. На первую четверть нога возвращается в V позицию. На вторую восьмую нога отводится вперед в точку 3 вместе с поворотом корпуса. На вторую четверть возвращается в V позицию. Дальше движение продолжается точно так же в точки 4, 5, 6, 7, 8 и 1. Упражнение заканчивается, когда сделан полный поворот.

Battements tendus simples en tournant при первоначальном изучении следует делать не менее двух в каждом направлении: первый battement с поворотом, второй на месте.

BATTEMENT TENDU SIMPLE EN TOURNANT С ОТВЕДЕНИЕМ НОГИ НАЗАД (поворот на $\frac{1}{8}$ часть круга). *En dedans*. Встать в V позицию en face, правая нога сзади, руки раскрыты на II позицию.

Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога отводится назад в точку 4, одновременно корпус поворачивается в точку 8. На первую четверть нога возвращается в V позицию. На вторую восьмую отводится назад в точку 3, корпус поворачивается в точку 7. На вторую четверть нога возвращается в V позицию; движение продолжается через точки 6, 5, 4, 3, 2 и 1. Упражнение заканчивается полным поворотом.

BATTEMENT TENDU SIMPLE EN TOURNANT С ОТВЕДЕНИЕМ НОГИ В СТОРОНУ (поворот на $\frac{1}{8}$ часть круга). *En dehors*. Встать в V позицию en face, правая нога впереди, руки на II позиции.

Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога отводится на II позицию в точку 4, одновременно корпус поворачивается в точку 2. На первую четверть нога закрывается в V позицию назад. На вторую восьмую нога отводится во II позицию в точку 4, корпус остается в том же положении. На вторую четверть нога закрывается в V позицию вперед. На следующие такты нога отводится на II позицию в точку 5, корпус поворачивается в точку 3, а нога закрывается в V позицию назад; затем отводится без поворота и закрывается в V позицию вперед и т. д. Упражнение заканчивается полным поворотом.

En dedans. Встать в V позицию, правая нога сзади, руки на II позиции.

Размер $\frac{2}{4}$. За тактом нога отводится на II позицию в сторону точки 2, одновременно с движением ноги корпус поворачивается в точку 8. На первую четверть нога закрывается в V позицию вперед. На вторую восьмую нога отводится на II позицию в точку 2 без поворота корпуса. На вторую четверть закрывается в V позицию назад и т. д. (далее повороты

в точку 7, 6, 5, 4, 3, 2 и 1). Упражнение заканчивается полным поворотом.

Battements tendus simples en tournant en dehors и en dedans с отведением ноги в сторону могут быть исполнены по одному в каждом направлении; отведение ноги делается с поворотом корпуса, приведение — без поворота.

На первом battement en dehors нога закрывается в V позицию назад, на втором — вперед и т. д.

Battements tendus simples en tournant en dehors и en dedans с отведением ноги вперед, в сторону и назад исполняются точно так же и с поворотом на $\frac{1}{4}$ часть круга.

Battements tendus и другие движения, исполняемые en tournant, могут быть сделаны и с поворотом на $\frac{1}{2}$ часть круга.

Battement tendu jeté

Battement tendu jeté — движение ноги вперед, в сторону и назад из I и из V позиций с броском на высоту 45° .¹

Бросок и возвращение вытянутой ноги происходят равномерно, без акцента. В заключении движения акцент приходится на момент возвращения работающей ноги к опорной после энергичного и резкого броска.

Вначале изучение должно проходить в медленном темпе, отдельно в каждом направлении и с остановками. В дальнейшем направления объединяются в одну комбинацию, и движение исполняется в обычной последовательности: вперед, в сторону, назад, в сторону.

Работающая нога из I или V позиции, скользя носком по полу (как в battement tendu simple), выбрасывается в требуемом направлении на высоту 45° . При возвращении в I или в V позицию она снова скользит вытянутым носком по полу. За правильностью движения необходимо тщательно следить, не допуская небрежного броска ноги из I или V позиции сразу наверх, как и при возвращении ноги в исходное положение — с высоты 45° в позицию.

Если во время броска ноги с опозданием вытягиваются подъем и пальцы, а при возвращении они преждевременно подгибаются, ступня лишается собранности, работа икроножных мышц ослабляется.

Исполняя battement tendu jeté в сторону, надо следить, чтобы носок работающей ноги попадал каждый раз в одну точку, на определенной высоте, против опорной ноги. Если нога выбрасывается несколько вперед за эту точку (при возвраще-

¹ При ускорении темпа, при исполнении battements tendus jetés восьмыми и шестнадцатыми долями высота броска ноги снижается с 45° до $22,5^\circ$ и ниже.

нии ноги в V позицию вперед) или несколько назад (при возвращении в V позицию сзади), то получается движение с переносом ноги, что разбалтывает бедро, а не укрепляет его в выворотном положении. В дальнейшем этот недостаток отразится на прыжках, где нога выбрасывается в сторону (*assemblés, jetés, ballonnés* и др.).

Battements tendus jetés в законченном виде исполняются в два раза быстрее чем *battement tendu simple*. Правила исполнения *tendus jetés* и *tendus simples* одинаковые. Музыкальный размер $\frac{4}{4}$ и $\frac{2}{4}$.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта нога из I или V позиции выбрасывается в нужном направлении. На вторую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта нога возвращается в I или V позицию. На вторую четверть положение сохраняется.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом нога из I или V позиции выбрасывается в нужном направлении. На первую четверть первого такта возвращается в I или V позицию. На вторую восьмую нога снова выбрасывается. На вторую четверть возвращается в исходную позицию.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом нога выбрасывается в нужном направлении. На первую восьмую первого такта возвращается в I или V позицию и вновь выбрасывается. На вторую восьмую нога возвращается в исходное положение и выбрасывается. На третью и четвертую восьмую делается то же самое и т. д.

Таким образом, на один такт $\frac{2}{4}$ исполняются четыре *battements tendus jetés*.

Battements tendus jetés могут исполняться в позах у палки и на середине зала, могут заканчиваться на *demi plié* в I или V позициях.

Battements tendus jetés en tournant делаются по правилам *battements tendus simples en tournant*.

Battement tendu jeté pointé

Это бросковые *battements*, но после броска на 45° нога не сразу возвращается в I или V позицию (как в *battement tendu jeté*), а опускается на вытянутый носок. Исполняется, как и все *battements*, вперед, в сторону и назад из I или V позиции.

Движение начинается за тактом с броска ноги на 45° и сначала исполняется по четвертям: на одну восьмую бросок, на другую восьмую — возвращение на носок. Затем с носка снова делается бросок, после чего нога возвращается в исходную I

или V позицию. В законченном виде battements tendus jetés pointés исполняются на одну восьмую и повторяются подряд от трех до пяти раз, затем заканчиваются в I или V позицию.

Можно изменить направление движения ноги и на высоте 45°, после чего продолжать jetés pointés в другом направлении. Во всех направлениях и темпах соприкосновение носка с полом должно быть коротким, отрывистым.

Battement tendu pour batteries

Battements tendus pour batteries являются вспомогательными движениями при изучении заносок.

Исполняются только у палки в виде самостоятельной комбинации, состоящей из переносов ноги, число которых определяется тем или иным видом заноски. Постоянного места в экзерсисе не имеют, чаще исполняются в конце экзерсиса. Изучение этих battements следует начать несколько раньше изучения заносок и систематически продолжать в период разучивания заносок.

Исполняются они следующим образом: встать в V позицию, правая нога впереди. Préparation: руку открыть на II позицию, ногу поднять на высоту 45° в сторону II позиции.

Работающая нога из исходного положения резко опускается вниз, при этом бедро работающей ноги ударяет по бедру опорной спереди. Нужно стараться подвести ногу глубже в V позицию, сохраняя предельно натянутые и выворотные ноги; пятка работающей ноги подчеркнуто выдвигается вперед.

После удара работающая нога отлетает в сторону на небольшое расстояние, снова ударяет по опорной сзади, также бедром о бедро (в V позиции), и выбрасывается в сторону II позиции на высоту 45°. Отсюда движение повторяется. Затем оно исполняется в обратном направлении.

В броске и при возвращении для удара работающая нога должна быть вытянута, но у самого пола она сгибается в подъеме; во время переноса ноги для следующего удара ступня остается согнутой. Акцент движения приходится на бросок ноги на 45° в сторону II позиции.

Battements tendus pour batteries исполняются в размере $\frac{2}{4}$. Один удар спереди, отведение в сторону, удар сзади и бросок ноги в сторону II позиции на 45° делается на протяжении одной четверти.

Два и большее число переносов ноги также исполняется на одну четверть, но количество переносов не должно превышать количества, необходимого для самой сложной заноски — entrechat-huit.

По мере увеличения количества переносов движение ускоряется.

Grand battement jeté (основная форма)

Это большие battements, исполняемые из I и V позиций в направлении вперед, в сторону и назад с броском ноги на 90° и выше.

Первоначальное изучение идет в медленном темпе, отдельно в каждую сторону. Бросок ноги и ее возвращение происходит равномерно. В законченной форме акцент падает на возвращение работающей ноги в исходное положение.

Изучение движения начинается с броска ноги вперед из I позиции, затем в сторону. Бросок ноги назад следует разучивать лицом к палке (не менее недели).

Далее battements разучиваются в двух направлениях — вперед и в сторону и повторяются с каждой ноги; затем назад и в сторону (не менее четырех в каждом направлении).

После этого можно перейти к исполнению battements одной ногой вперед, в сторону, назад и в сторону (по четыре в каждом направлении).

На середине зала сохраняется та же последовательность.

Движение выполняется из I или V позиции. Работающая нога энергично выбрасывается в нужном направлении на высоту 90°, но прежде чем подняться на воздух, проскальзывает носком по полу, как на battement tendu и tendu jeté.

Бросок делается легкий, свободный, сильно вытянутой ногой, развернутой и подтянутой в тазобедренном суставе, без этого battement лишается своей основы.

При возвращении в исходное положение нога должна пройти вытянутым носком по полу; она не падает вниз, а опускается, подчеркивая возвращение в позицию. Этот момент необходимо строго соблюдать, так как при возвращении ноги ступня должна активно участвовать в движении.

Направление броска ноги вперед и назад определяется исходной позицией — I или V; на бросках в сторону — линией II позиции.

При battement вперед и в сторону корпус остается прямой, подтянутый в пояснице. При battement назад — также подтянутый, но несколько наклоненный вперед (наклон корпуса увеличивает высоту броска). Наклон корпуса происходит одновременно с броском ноги, выпрямление — вместе с возвращением ноги в исходное положение. При наклоне корпуса голова также наклоняется вперед по одной прямой с корпусом.

Необходимо следить, чтобы во время исполнения battement не поднималось плечо руки, находящейся на палке (чаще всего это наблюдается при бросках ноги в сторону). При battement назад рука, лежащая на палке, не должна сдвигаться вперед.

Бедра и плечи держатся ровно. Рука, раскрытая на II позицию, несколько подается вперед.

Колено опорной ноги при бросках во всех направлениях сильно вытянуто.

Неправильное исполнение больших battements чаще всего бывает результатом преждевременного стремления бросить ногу выше 90° . Пока движение изучается, высота броска более 90° недопустима даже в тех случаях, когда природные данные учащегося дают эту возможность. Усвоение правильной методики исполнения больших battements очень важно, так как эти battements применяются во всевозможных *pas allegro*, где от правильного броска ноги зависит исполнение прыжка.

Последовательность изучения. 1. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта работающая нога из I или V позиции отводится в нужном направлении приемом *battement tendu*. На вторую четверть с носка делается бросок на 90° . На первую четверть второго такта нога опускается на вытянутый носок на пол. На вторую четверть возвращается в исходную позицию.

2. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта нога из I или V позиции выбрасывается на 90° в заданном направлении. На вторую четверть возвращается в исходную позицию.

3. Законченная форма. Сначала темп медленный, по мере усвоения движения темп ускоряется. Размер $2/4$. За тактом нога из I или V позиции выбрасывается на 90° в нужном направлении. На первую четверть возвращается в исходное положение и т. д.

Grands battements в средних и старших классах можно исполнять с задержкой ноги в воздухе на высоте 90° , с подъемом на полупальцы в момент броска ноги, полностью на полупальцах; с предварительным *préparation* в V позиции на полупальцы, с *demi plié* на опорной ноге во время броска ноги и вытягиванием колена опорной ноги при возвращении работающей в V позицию.

Grand battement jeté pointé

Исполняется по правилам *grand battement jeté* из I или V позиции, но после броска на 90° нога опускается на пол на вытянутый носок в IV позицию при бросках вперед и назад, во II позицию при броске в сторону.

Следующий *battement* исполняется с носка на носок. После заданного количества повторений на последнем *battement* нога возвращается в исходную I или V позицию.

Акцент движения — опускание ноги на вытянутый носок, при последнем *battement* акцент падает на возвращение ноги в I или V позицию.

Распределение движения на музыкальные доли см. в законченной форме *grand battement jeté*.

Grands battements jetés, grands battements jetés pointés, как и многие другие движения, исполняются не только четвертями, но и восьмыми долями. Ускорение темпа развивает быстроту броска ноги на большую высоту.

Следует заметить, что при исполнении battements назад восьмыми долями корпус почти не наклоняется вперед, а держится прямо, с сильно подтянутой поясницей. При наклоне корпуса нарушается координация движения, так как корпус выпрямляется позже возвращения ноги в позицию.

Grand battement jeté (мягкие)

Это большие мягкие battements; они исполняются из V позиции в V в направлении вперед, в сторону и назад на 90°.

Работающая нога выбрасывается вверх посредством développé. Несмотря на энергичный бросок, прием développé придает движению мягкость, которая и определяет характер исполнения этих battements.

Акцент движения падает на возвращение ноги в исходное положение.

Эти battements можно исполнить с подъемом на полупальцы в момент développé; при возвращении работающей ноги в V позицию опорная опускается на всю ступню.

В комбинации с другими видами больших battements мягкие можно закончить на вытянутом носке на пол в любом направлении, но начинаются они всегда из V позиции. Исполнив мягкий battement на носок, следующий battement сделать с носка вытянутой ногой и закончить в V позицию.

Grands battements jetés, grands battements jetés pointés и мягкие battements на середине зала могут исполняться с поворотом — en dehors и en dedans по правилам, указанным в battement tendu.

Grand battement jeté balancé

Battements balancés (качающиеся) исполняются в направлении вперед и назад на 90° через I позицию. В сторону их делают только на середине зала по I или V позиции попеременно одной и другой ногой.

Акцент движения приходится на бросок работающей ноги вверх.

Встать в I позицию, сделать préparation; на первый аккорд поднять правую руку в I позицию, на второй — открыть руку на II позицию и одновременно отвести правую ногу назад в IV позицию носком на пол по правилам battement tendu simple, голову повернуть направо; затем работающая нога

выбрасывается вперед через I позицию на 90°. Корпус одновременно с броском отклоняется назад.

Достигнув предельной точки броска, нога опускается вниз и через I позицию выбрасывается назад. Корпус одновременно наклоняется вперед. Затем снова нога выбрасывается вперед, назад и т. д.

На протяжении всего упражнения голова повернута к руке, открытой на II позицию.

Корпус отклоняется назад по возможности сильно, но с обязательным сохранением прямой подтянутой спины и ровных плеч; при наклоне вперед плечи ровные, поясница остается втянутой.

Главное в *grands battements jetés balancés* — добиться правильного отклонения корпуса (особенно назад) одновременно с броском ноги.

Grands battements balancés следует разучивать отдельно, останавливаясь в I или IV позиции (работающая нога прикасается к полу вытянутым носком), в законченном виде они исполняются подряд по первой проходящей позиции.

При *battements balancés*, исполняемых на середине зала из V позиции в сторону II позиции, корпус отклоняется в сторону от работающей ноги. Описание положения корпуса см. в разделе *développé ballotté*.

Последовательность изучения. 1. Размер $2\frac{1}{4}$. На первую четверть первого такта работающая нога из IV позиции делает бросок вперед. На вторую четверть опускается в I позицию. На первую четверть второго такта делает бросок назад. На вторую — возвращается в I позицию и т. д.

2. Законченная форма. Размер $2\frac{1}{4}$. На первую четверть первого такта нога из IV позиции выбрасывается вперед. На вторую четверть опускается и через I позицию выбрасывается назад. На первую четверть второго такта снова бросок вперед. На вторую четверть — бросок назад и т. д.

Grand battement jeté passé

Исполняется по правилам *grand battement jeté*, но с переводом ноги из одного направления в другое при помощи приема *passé* на высоте 90°.¹

Исполняется только в двух направлениях: вперед и назад. Акцент движения падает на бросок ноги вверх.

Работающая нога из I или V позиции (может и из IV позиции) делает бросок вперед на 90°. Корпус слегка отклоняется

¹ *Passé* (франц.) — проходящий, проводить.

назад. Нога, сгибаясь в колене, на той же высоте проходит возле опорной (носок на уровне колена); корпус в это время выпрямляется. Продолжая движение, работающая нога вытягивается назад на 90°, корпус наклоняется вперед. Затем нога опускается вниз (корпус при этом выпрямляется) и через I позицию снова выбрасывается вперед и т. д. То же выполняется в обратном направлении.

Надо следить, чтобы после броска ноги вперед, в момент сгибания в колене, бедро было максимально оттянуто в сторону, пятка направлена вперед. Вытягивая ногу назад, необходимо сохранять выворотность бедра, не опуская колена.

При исполнении движения в обратном направлении после броска ноги назад, как только она начинает сгибаться, бедро следует как можно дольше удерживать сзади, ведя вперед сначала низ ноги (голень) с выдвинутой вперед пяткой.

В дальнейшем после броска ноги рекомендуется повышать высоту во время *passé* и вытягивания назад или вперед выше 90°.

Пример. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта работающая нога делает бросок вперед на 90°. На вторую — *passé* на той же высоте и вытягивание назад. На первую четверть второго такта нога опускается вниз и через I позицию выбрасывается вперед на 90°. На вторую четверть снова переводится назад и т. д.

Обычно эти *battements* включаются в комбинацию с *grands battements jetés* любых видов. Могут комбинироваться с *rond de jambe par terre*, чередуясь с *grand rond de jambe jeté*.

Grand battement jeté на $1/4$ или $1/2$ часть круга.

Исполняется по правилам *grand battement jeté*, но с продвижением ноги на четверть или половину круга. Способствуют развитию круговращения тазобедренного сустава.

Grand battement jeté на $1/4$ или $1/2$ часть круга выполняется из I или V позиции (из II или IV, когда нога опускается носком на пол) в двух направлениях: *en dehors* и *en dedans*. Акцент движения приходится на возвращение ноги в исходное положение. Изучение начинается у палки из I позиции.

En dehors. Работающая нога из I позиции выбрасывается вперед несколько ниже 90°; не прерывая движения, отводится в сторону; постепенно набирая высоту 90° и пройдя четверть круга, опускается в I позицию. Затем нога выбрасывается в сторону, отводится назад, постепенно набирая высоту, и, завершив вторую четверть круга, опускается в I позицию. Когда после броска в сторону нога отводится назад (*en dehors*), кор-

пус ровно наклоняется вперед. Во время броска корпус не должен откидываться к палке для облегчения хода ноги.

En dedans. Работающая нога из I позиции выбрасывается назад несколько ниже 90°; не прерывая движения, отводится в сторону на четверть круга, постепенно набирая высоту 90°, и опускается в I позицию.

При броске ноги назад и отведении ее в сторону (*en dedans*) корпус поднимается, не отклоняясь в сторону палки.

Выворотное и подтянутое бедро в момент отведения работающей ноги *en dehors* и *en dedans*, собранность и правильное положение корпуса решают успешное выполнение этих сложных движений.

Эти *battements* исполняются и с отведением ноги на половину круга *en dehors* и *en dedans* из I и V позиций.¹

После усвоения *battements* из I позиции их исполняют из V позиции. Затем следует перейти к исполнению *grands battements jetés* с отведением ноги на $\frac{1}{4}$ или $\frac{1}{2}$ часть круга из I или V позиции с опусканием на пол на вытянутый носок (в этом случае каждый последующий *battement* делается с носка *en dehors* и *en dedans*).

При исполнении *battements* с отведением ноги на полкруга правила остаются те же, высота работающей ноги увеличивается постепенно, наивысшая точка в направлении *en dehors* будет сзади, в направлении *en dedans* — впереди.

Battement frappé

Battements frappés (ударяющие *battements*) исполняются в направлении вперед, в сторону и назад из II позиции, сначала носком в пол, затем на высоте 22,5°. Начать изучение следует в направлении в сторону, затем вперед и назад. При разучивании движение исполняется в медленном темпе, с остановками, сгибание и вытягивание работающей ноги должно быть равномерным. В законченной форме акцент движения падает на вытягивание работающей ноги в нужном направлении. Исполняются резко, энергично.

Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Сделать *préparation*: правую руку через I позицию открыть на II, одновременно отвести на вытянутый носок в сторону II позиции правую ногу. Работающая нога энергично ударяет по опорной в положении *sur le cou-de-pied* впереди² и резко вытя-

¹ *Grands battements jetés* с отведением ноги на $\frac{1}{4}$ и особенно $\frac{1}{2}$ часть круга следует чаще применять перед изучением *grand rond de jambe jeté*, так как они хорошо подготавливают ноги к этому движению.

² Положение ноги *sur le cou-de-pied* впереди: работающая нога ступней обхватывает щиколотку опорной; пятка спереди над щиколоткой, носок сзади, подъем и пальцы вытянуты.

гивается на II позицию, чуть проскальзывая перед конечной точкой вытянутым по полу носком.¹ Подъем остается вытянутым. Затем со II позиции нога ударяет (но более мягко) *sur le cou-de-pied* сзади² и, не задерживаясь, снова резко вытягивается на II позицию.

Во время сгибания и вытягивания работающей ноги бедро находится в развернутом и неподвижном состоянии.

При *battement frappé* вперед, вытягивая ногу, нужно удерживать бедро в выворотном положении, не допуская его движения вперед, тогда как низ ноги и пятка активно подаются вперед. Сгибая ногу *sur le cou-de-pied*, следует быстрее оттягивать бедро в сторону.

При *battement frappé* назад, вытягивая ногу, поддерживать выворотность бедра и не опускать колена.

Сгибая ногу снова на *cou-de-pied*, удерживать бедро выворотом. Характер движения и правила исполнения *battements frappés* вперед и назад те же, что и в сторону.

В *battements frappés* на высоте 22,5° работающая нога из положения *sur le cou-de-pied*, вытягиваясь, каждый раз должна попадать в одну точку на высоте 22,5°.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта работающая нога со II позиции, сгибаясь, подводится к опорной, ударяет ее в положении *sur le cou-de-pied*. На вторую четверть задерживается в этом положении. На первую четверть второго такта нога вытягивается в заданном направлении. На вторую четверть положение сохраняется и т. д. Движение выполняется ровно, без акцента.

2. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта работающая нога со II позиции, сгибаясь, ударяет по опорной в положении *sur le cou-de-pied*. На вторую четверть вытягивается в требуемом направлении и т. д. Движение равномерное, без акцента.

3. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога со II позиции, сгибаясь, ударяет по опорной в положении *sur le cou-de-pied*. На первую четверть первого такта с акцентом вытягивается в заданном направлении. На вторую четверть остается в этом положении.

4. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога со II позиции, сгибаясь, энергично ударяет по опорной в положении *sur le cou-de-pied*. На первую четверть резко,

¹ В законченной форме *battement frappé* нога после удара *sur le cou-de-pied* впереди или сзади, не задерживаясь, буквально отскакивает от опорной, вытягиваясь в заданном направлении на высоте 22,5°.

² Положение ноги *sur le cou-de-pied* сзади: стопа работающей ноги пяткой прилегает к щиколотке опорной сзади, подъем и пальцы вытянуты и отведены назад.

с усилием вытягивается в требуемом направлении. На третью восьмую ударяет по опорной *sur le cou-de-pied*. На четвертую восьмую вытягивается и т. д. Начиная со второго класса *frappés* исполняются на полупальцах.

Battement double frappé

Это движение является однородным с *battement frappé*, но имеет двойной (*double*) перенос работающей ноги *sur le cou-de-pied* вперед и назад, после чего нога вытягивается.

Battement double frappé исполняется и в обратном порядке, с переносом ноги назад и вперед.

Правила, характер исполнения, исходное положение, акцент движения те же, что и в *battements frappés*.

При разучивании движение исполняется в медленном темпе, раздельно, с остановками, сначала носком в пол, затем на высоте 22,5° и на полупальцах на той же высоте во всех направлениях.

Последовательность изучения. 1. Размер $2\frac{1}{4}$. На первую восьмую первого такта работающая нога со II позиции, сгибаясь, ударяет по опорной в положении *sur le cou-de-pied* впереди. На вторую восьмую нога немного разгибается (на половину расстояния до II позиции), при этом бедро держится выворотно и неподвижно. На третью восьмую нога, сгибаясь, ударяет по опорной *sur le cou-de-pied* сзади. На четвертую восьмую удерживается в этом положении. На первую восьмую второго такта нога вытягивается в заданном направлении и на протяжении оставшихся трех восьмых выдерживает вытянутое положение. Отсюда движение повторяется.

2. Законченная форма. Размер $2\frac{1}{4}$. За тактом работающая нога со II позиции ударяет по опорной *sur le cou-de-pied* впереди и переносится *sur le cou-de-pied* сзади. На первую восьмую первого такта вытягивается в заданном направлении. На вторую восьмую делает двойной перенос *sur le cou-de-pied* сзади и впереди. На третью восьмую вытягивается. На четвертую восьмую опять делает двойной перенос и т. д. Таким образом двойной перенос ноги и ее вытягивание исполняются на протяжении одной четверти.

Battement double frappé может исполняться ускоренно. В этом случае работающая нога делает двойной перенос *sur le cou-de-pied* и вытягивается на одну восьмую.

Изучив *battement double frappé* на всей ступне, а затем на полупальцах, можно перейти к более сложной форме, активнее включающей в работу опорную ногу: двойному переносу работающей ноги *sur le cou-de-pied* на полупальцах. В момент вы-

тягивания ноги носком в пол или на высоте 22,5° вводится опускание с полупальцев на всю ступню.

Полезен и другой вариант: исполнить двойной перенос работающей ноги sur le cou-de-pied на полупальцах и, вытягивая ее носком в пол или на высоту 22,5°, опуститься на demi plié.

Общие замечания. Исполняя battements frappés и doubles frappés, необходимо каждый раз акцентировать движение работающей ноги в крайней точке от опорной (вперед, в сторону, назад), иначе frappé лишится остроты и четкости.

Battements frappés и doubles frappés на середине зала могут исполняться en tournant по $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ части поворота по кругу в направлении en dehors и en dedans. Работающая нога в момент поворота ударяет по опорной sur le cou-de-pied и вытягивается без поворота; удар делается попеременно: вперед и назад и т. д.

В battements doubles frappés двойной перенос ноги также делается одновременно с поворотом, вытягивание — без поворота.

В начале изучения следует делать не менее двух battements в каждом направлении (второй battement делается без поворота). Вообще battements frappés, doubles frappés, petits battements sur le cou-de-pied и ronds de jambe en l'air исполнять en tournant очень трудно.

Особое внимание следует обращать на выворотность и неподвижность бедра работающей ноги.

Нельзя нарушать характер движения, резкость вытягивания ноги, четкость переносов sur le cou-de-pied, фиксацию точки и выполнять движение вяло.

В исполнении движений en tournant требуется хорошая устойчивость на полупальцах в сочетании с правильным выполнением движений.

Petit battement sur le cou-de-pied

Это движение заключается в перенесении работающей ноги из исходного положения sur le cou-de-pied впереди путем разгибания на половину расстояния до II позиции в положение sur le cou-de-pied сзади. Отсюда движение повторяется. Количество переносов ноги делается по заданию.

Работающая нога свободно разгибается и сгибается в колене, но бедро сохраняет предельную выворотность и неподвижность. При разгибании ноги носок должен быть направлен точно в сторону.

Движение изучается отдельно, с остановками, в медленном темпе без акцента, с равномерным перенесением ноги sur le cou-de-pied. По мере усвоения темп ускоряется, доходя до очень быстрого.

Акцент падает на сгибание ноги *sur le cou-de-pied* впереди с затактовым отведением ее *sur le cou-de-pied* сзади. Таким образом, положение *sur le cou-de-pied* впереди будет приходится на первую восьмую каждой четверти, что подчеркивается ударом работающей ноги по опорной *sur le cou-de-pied* впереди. Это положение фиксируется.

При исполнении в обратном направлении акцент падает на положение *sur le cou-de-pied* сзади с затактовым отведением ноги *sur le cou-de-pied* впереди.

В *battements*, исполняемых подряд, без подчеркнутого акцента, нога, свободная в колене, разгибается и сгибается в положение *sur le cou-de-pied* ровно и четко.

Движению предшествует *préparation* на два вступительных аккорда. На первый аккорд правая рука из подготовительного положения поднимается в I позицию, правая нога из V позиции отводится в сторону II позиции на вытянутый носок. На второй аккорд рука отводится на II позицию, нога сгибается *sur le cou-de-pied* впереди.

При исполнении на полупальцах надо подняться на них в *préparation* в момент сгибания ноги *sur le cou-de-pied* впереди.

В дальнейшем *préparation* делается более упрощенно: правая рука поднимается в I позицию, правая нога из V позиции вместе с рукой отводится на II позицию, отсюда начинается движение.

Последовательность изучения. 1. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта работающая нога из исходного положения *sur le cou-de-pied* впереди разгибается в сторону на половину расстояния до II позиции. На вторую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта сгибается в положение *sur le cou-de-pied* сзади. На вторую четверть положение сохраняется. Продолжая движение, нога разгибается в сторону и возвращается *sur le cou-de-pied* впереди и т. д.

2. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта нога разгибается в сторону. На вторую сгибается *sur le cou-de-pied* сзади и т. д.

3. Законченная форма. Размер $2/4$. За тактом работающая нога из исходного положения *sur le cou-de-pied* впереди, разгибаясь в сторону, переносится *sur le cou-de-pied* сзади. На первую восьмую первого такта вновь разгибается и переносится *sur le cou-de-pied* впереди. На вторую восьмую переносится *sur le cou-de-pied* сзади. На третью восьмую *sur le cou-de-pied* впереди. На четвертую восьмую переносится *sur le cou-de-pied* сзади и т. д. В одном такте укладывается два движения. Исполняется без акцента, ровно.

Исполняя эти движения с подчеркнутым акцентом, по с большой выдержкой *sur le cou-de-pied* вперед, за тактом перевести работающую ногу *sur le cou-de-pied* сзади. На первую восьмую первого такта возвратиться ее с ударом по опорной *sur le cou-de-pied* вперед. На вторую и третью восьмую положение сохраняется. На четвертую восьмую нога опять переносится *sur le cou-de-pied* сзади. На первую восьмую второго такта с акцентом возвращается *sur le cou-de-pied* вперед и т. д.

Petits battements, как *battements frappés* и *doubles frappés*, комбинируются между собой и с другими движениями экзерсиса.

На середине зала *petits battements sur le cou-de-pied* исполняются на полупальцах и *en tournant*.

Battement fondu

Battement fondu (тающий, текучий) — сложное движение, состоящее из сгибания работающей ноги в условное положение *sur le cou-de-pied*¹ при одновременном *demi plié* на опорной и открывания работающей ноги в любом направлении при одновременном выпрямлении опорной из *demi plié*.

Изучение идет сначала в медленном темпе в направлении в сторону, вперед и назад поском в пол; затем изучаются *battements fondus* с подниманием работающей ноги на высоту 45° (опорная нога остается на всей ступне) и, наконец, работающая нога поднимается на 45° и 90° во всех направлениях, опорная — на полупальцы. Сгибание и вытягивание ног происходит равномерно.

Последовательность изучения *battements fondus* на середине зала та же, что и у палки.

Общие замечания. Вытягивая работающую ногу из положения *sur le cou-de-pied* в любом направлении, не поднимать ее. Бедро держать выворотню, активно выдвигая вперед пятку.

Вытягивая работающую ногу во всех направлениях на высоту 45°, следить, чтобы носок каждый раз попадал в одну точку и фиксировал ее. Бедро также держать выворотню, не допуская движения вперед.

Сгибая ногу в положение *sur le cou-de-pied* вперед из направления вперед с высоты 45° или 90°, нельзя сразу опустить бедро; оно отводится в сторону и держится на высоте 45° (пока нога сгибается в колене до половины сгиба), затем постепенно опускается в положение *sur le cou-de-pied*.

¹ В условном положении *sur le cou-de-pied* вперед вытянутый носок работающей ноги прикасается к опорной над щиколоткой спереди, пятка сильно выдвинута вперед и к ноге не прикасается. В *fondu* назад применяется основное положение *sur le cou-de-pied*.

Сгибая ногу из II позиции с высоты 45° в положение *sur le cou-de-pied*, нельзя опускать бедро сразу; вначале нога сгибается в колене, бедро удерживается неподвижно на высоте 45° до половины расстояния сгиба ноги до опорной, затем, продолжая движение, постепенно опускается *sur le cou-de-pied*.

Вытягивая ногу назад, носком в пол или на высоту 45° , надо внимательно следить за сохранением выворотного положения бедра и не опускать колено.

При сгибании ноги *sur le cou-de-pied* сзади, из направления назад с высоты 45° или 90° , бедро также удерживается в выворотном положении; низ работающей ноги активно подводится к опорной. Бедро поддерживается на высоте 45° или 90° при сгибании ноги примерно до половины расстояния от опорной; продолжая движение, нога опускается *sur le cou-de-pied*.

Сгибание и вытягивание ног выполняется плавно, опорная нога вытягивается одновременно с работающей.

Необходимо сохранять выворотность бедра опорной ноги, особенно при переходе с полупальцев на *demi plié*.

Корпус все время находится в прямом подтянутом положении; в момент *demi plié* не допускается наклон вперед.

Battements fondus выполняются в размере $2/4$ и $4/4$. Вначале изучению движению предшествует *préparation*: правая рука через I позицию открывается на II; вместе с движением руки в сторону правая нога из V позиции спереди отводится на II позицию на вытянутый носок. В дальнейшем *battement fondu* выполняется из V позиции без *préparation*.

Последовательность изучения. 1. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта работающая нога из исходного положения (II позиция носком в пол) подводится *sur le cou-de-pied* к опорной, которая остается вытянутой. На вторую четверть положение сохраняется. На второй такт — *demi plié* на опорной ноге. На третий — выпрямить опорную ногу из *demi plié*, удерживая работающую ногу *sur le cou-de-pied*. На первую четверть четвертого такта нога вытягивается в заданном направлении на вытянутый носок. На вторую четверть положение сохраняется. Отсюда движение повторяется. Исполняя *battements* в сторону, положение *sur le cou-de-pied* впереди и сзади следует чередовать.

2. Размер $2/4$. На первый такт работающая нога подводится *sur le cou-de-pied*, одновременно опорная делает *demi plié*. На второй такт нога вытягивается в любом направлении, одновременно опорная выпрямляется из *demi plié*.

3. Законченная форма. Размер $2/4$. Встать в V позицию. Правая нога впереди, рука в подготовительном положении, голова повернута направо.



ВАРИАНТ ПОЗЫ CROISÉE ВПЕРЕД



ПОЗА IV ARABESQUE

31 так
гибается.
положения
одновременно
готовитель
вторую ч
правления
Рука чере
сюда движ

На про
голова пр
В даль
нием ног
том голов
ложение,
I позиция
крытой н

Прод
бинирова
Batter
четверти:
le sou-de-
восьмую
нии с одн

Незав
ног остае
В batt
емом déve
ноги дела
ноги из de

Прави
В начале
полняется

Double
полняются
ниях на в
На пер
жение sur
восьмую —
в положени

1 При ис
из положени
90° прием

За тактом рука немного отводится в сторону и слегка разгибается. На первую четверть работающая нога из исходного положения (V позиция) поднимается *sur le cou-de-pied* впереди одновременно с *demi plié* на опорной, рука возвращается в подготовительное положение, голова поворачивается прямо. На вторую четверть работающая нога вытягивается в заданном направлении, опорная одновременно выпрямляется из *demi plié*. Рука через I позицию открывается на II, голова прямо. Отсюда движение повторяется.

На протяжении упражнения рука остается на II позиции, голова прямо.

В дальнейшем, для развития координации, вместе с движением ног можно ввести опускание и поднятие руки с поворотом головы: сгибая ноги, руку опустить в подготовительное положение, голову повернуть прямо; вытягивая ноги, руку через I позицию отвести на II, голову повернуть в сторону руки, открытой на II позицию.

Проделывать это на каждом *battement* не обязательно, комбинировать можно как угодно.

Battement fondu может исполняться и на протяжении одной четверти: на первую восьмую приведение ноги в положение *sur le cou-de-pied* одновременно с *demi plié* на опорной; на вторую восьмую вытягивание работающей ноги в требуемом направлении с одновременным выпрямлением опорной из *demi plié*.

Независимо от ускорения темпа, сгибание и вытягивание ног остается плавным и эластичным.

В *battements fondus* нога поднимается на высоту 90° приемом *développé*. Поднятие бедра и вытягивание работающей ноги делается слитно и одновременно с вытягиванием опорной ноги из *demi plié*.

Правила исполнения *battements* на 90° те же, что и на 45°. В начале изучения *battement fondu* на 90° одно движение исполняется на два такта $\frac{2}{4}$, затем на один такт.

Double battement fondu

Doubles battements fondus (двойные *battements fondus*) исполняются по правилам *battements fondus* во всех направлениях на высоту 45° и 90° в размере $\frac{2}{4}$.

На первую восьмую работающая нога приводится в положение *sur le cou-de-pied*,¹ опорная делает *demi plié*. На вторую восьмую — выпрямить опорную ногу, работающая остается в положении *sur le cou-de-pied*. На третью и четвертую восьмую

¹ При исполнении *battements* на 90° носок работающей ноги поднимается из положения *sur le cou-de-pied* к колену опорной, и нога вытягивается на 90° приемом *développé*.

работающая нога вытягивается в заданном направлении, опорная снова сгибается в *demi plié* и выпрямляется с подъемом на полупальцы. На втором *demi plié* работающая нога разгибается наполовину; при выпрямлении опорной ноги из *demi plié* и подъеме на полупальцы работающая нога, продолжая движение, мягко разгибается полностью.

Battements fondus и *doubles battements fondus* у палки и на середине зала могут исполняться в разных позах на 45° и 90° .

Для перемены поз и направлений, кроме обычного чередования *sur le cou-de-pied* впереди и сзади, применяется *passé* по I позиции на *demi plié*, отведение ноги на одну четвертую и на одну вторую часть круга, на *plié* и без *plié*, а также двойное перенесение ноги *sur le cou-de-pied*. На середине зала делаются повороты *en dehors* и *en dedans* на полкруга, переходы с одной ноги на другую, не прерывая упражнения, при помощи шага (*tombé, couré*) или подмены ноги в I позиции.

Battement fondu en tournant

Battements fondus и *battements doubles fondus* могут исполняться с поворотом (*en tournant*) на $\frac{1}{8}$ и на $\frac{1}{4}$ часть круга с отведением ноги вперед (поворот *en dehors*), назад (поворот *en dedans*) и в сторону (поворот *en dehors* и *en dedans*).

En dehors. Вместе с поворотом корпуса на $\frac{1}{8}$ или на $\frac{1}{4}$ часть круга нога, стоящая впереди, из V позиции поднимается в положение *sur le cou-de-pied* впереди одновременно с *demi plié* на опорной; затем вытягивается вперед, а опорная выпрямляется из *demi plié*; снова та же нога подводится *sur le cou-de-pied* впереди одновременно с *demi plié* на опорной и поворотом корпуса в том же направлении на $\frac{1}{8}$ или на $\frac{1}{4}$ часть круга и т. д.

En dedans. Вместе с поворотом корпуса на $\frac{1}{8}$ или на $\frac{1}{4}$ часть круга нога, стоящая сзади, из V позиции поднимается *sur le cou-de-pied* сзади одновременно с *demi plié* на опорной и вытягивается назад, а опорная выпрямляется из *demi plié*.

Battements fondus en tournant с отведением ноги в сторону исполняются так же, как и *battements fondus* с отведением ноги вперед и назад. В начале разучивания следует делать не менее двух *battements* в каждом направлении.

В повороте *en dehors* происходит чередование *sur le cou-de-pied* впереди и сзади, в *en dedans* — сзади и впереди.

Battement soutenu

Battements soutenus (непрерывные, неослабевающие) исполняются из V позиции в направлении вперед, в сторону и назад как носком в пол, так и на 45° и на 90° .

Работающая нога через проходящее положение *sur le cou-de-pied*¹ вытягивается в заданном направлении; одновременно опорная нога опускается на *demi plié*; затем работающая нога, скользя по полу вытянутым носком, подводится к опорной в V позицию. Заканчивается движение подъемом на полупальцы.

При исполнении *battements soutenus* носком в пол из положения *sur le cou-de-pied* нога перед вытягиванием не должна подниматься выше уровня *cou-de-pied*. На высоту 45° из положения *sur le cou-de-pied* нога поднимается, постепенно вытягиваясь. На высоту 90° нога поднимается приемом *développé*.

Вытягивая работающую ногу вперед, бедро как можно дольше надо удерживать выворотню и активно выдвигать вперед выворотный низ ноги.

Вытягивая ногу назад, также сохранять выворотность бедра, колено не опускать.

В сторону движение выполняется при предельно развернутых бедрах.

В начале изучения движение делается без акцента, в законченной форме акцент падает на возвращение ног в V позицию на полупальцы. *Battements soutenus* могут комбинироваться с *fondus* и сочетаться с *battements frappés*.

Исполняются в размере $\frac{2}{4}$ и $\frac{4}{4}$.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта работающая нога из исходного положения (V позиция) подводится на условное *sur le cou-de-pied* впереди одновременно с *demi plié* на опорной. На вторую — работающая нога, вытягиваясь в заданном направлении, опускается на пол на вытянутый носок, причем на половине расстояния до конечной точки носок начинает скользить по полу, нога вытягивается носком в пол, опорная остается на *demi plié*. На второй такт положение сохраняется. На третий такт вытянутая работающая нога подтягивается в V позицию к опорной, которая одновременно вытягивается из *demi plié*. На четвертый такт положение сохраняется.

Упражнение выполняется на всей ступне.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога подводится *sur le cou-de-pied* одновременно с *demi plié* на опорной. На первую четверть первого такта работающая нога вытягивается в заданном направлении, опорная остается на *demi plié*; на вторую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта работающая нога подводится к опорной, которая одновременно вытягивается из *demi plié*, ноги соединяются

¹ *Sur le cou-de-pied* впереди применяется условное, сзади — основное.

в V позиции на полупальцах. На вторую четверть положение сохраняется.

Начальное движение исполняется носком в пол, по мере усвоения делается на высоту 45° и на 90°.

3. Заканчивая форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога подводится sur le cou de pied. На первую четверть одновременно с demi plié на опорной работающая нога вытягивается в требуемом направлении, опорная остается на demi plié. На вторую четверть вытянутая работающая нога подтягивается к опорной в V позицию на полупальцы. Отсюда движение повторяется.

В размере $\frac{2}{4}$ движение исполняется также на высоту 45° и 90°.

Battements soutenus могут быть проделаны ускоренно.

1. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога подводится sur le cou de pied и одновременно с demi plié на опорной вытягивается в любом направлении. На первую четверть нога подтягивается к опорной в V позицию на полупальцы. На вторую четверть движение повторяется.

Battement développé

Battements développés исполняются в направлении вперед, в сторону и назад на 90° и выше (в зависимости от индивидуальных возможностей учащихся).

На исходного положения (V позиция) работающая нога, согнувшись и скользя вытянутым носком по опорной, поднимается до колена опорной ноги, после чего вытягивается в любом направлении на 90° и опускается в V позицию.

Как и предыдущие движения экзерсиса, battement développé разучивается с каждой ноги отдельно, сначала в направлении в сторону, затем вперед и назад. Назад движение первое время изучается лицом к палке.

Общие замечания. Поднимая работающую ногу из V позиции вперед и в сторону (правая работающая нога вперед), скользя по опорной вытянутым носком; пятка выдвигается вперед и не касается опорной ноги; бедро предельно развернуто.

Вытягивая ногу вперед или в сторону на высоту 90°, сохранять выворотность бедра, не допуская его движения вперед, активно выдвигая вперед низ ноги.

Поднимая работающую ногу из V позиции назад и в сторону (левая нога сзади), скользя пяткой по опорной выше колена; вытянутый носок оттянуть назад, не прикасаясь им к опорной ноге.

Вытягивая ногу назад на высоту 90°, поддерживать выворотность бедра, колени не опускать.

При вытягивании ноги назад подтянутый корпус наклоняется вперед, плечи остаются ровными, рука не сдвигается по палке вперед. Перемещение руки перед наклоном корпуса неизбежно приведет к ослаблению поясницы.

Во время вынимания ноги вперед и в сторону корпус остается прямой и подтянутый.

Вынимая ногу в сторону, от начала и до конца движения сохранять выворотность работающей ноги.

Нога вынимается плавно, опускается сдержанно, сильно подтянутая.

Développé изучается в медленном темпе в размере $2/4$ и $4/4$.

Последовательность изучения. 1. Размер $2/4$. На первый такт работающая нога из V позиции, сгибаясь, подтягивается носком до колена опорной. На второй такт вытягивается на высоту 90° в любом направлении. На третий такт положение сохраняется. На первую четверть четвертого такта вытянутая нога опускается на пол на вытянутый носок. На вторую четверть закрывается в V позицию. Отсюда движение повторяется.

2. Размер $4/4$. На первую четверть работающая нога из V позиции поднимается (носом у колена опорной). На вторую четверть вытягивается на высоту 90° в заданном направлении. На третью четверть вытянутая нога начинает опускаться и на четвертую четверть закрывается в V позицию.

3. Законченная форма. Размер $4/4$. За тактом нога из V позиции поднимается до колена опорной. На первую четверть вытягивается в заданном направлении на высоту 90° . На вторую и третью четверти выдерживается в этом положении. На четвертую — опускается в исходное положение.

В законченной форме battement développé вынимание ноги происходит на протяжении одной четверти: одна восьмая идет на поднимание работающей ноги до колена опорной, другая восьмая — на ее вытягивание на высоту 90° .

Вытягивание ноги на 90° должно совпадать с первой сильной долей такта. Это и будет основной момент движения ноги в законченной форме, независимо от того, сколько времени она будет выдерживаться на высоте.

В построении adagio вынимание ноги происходит не только на одну, но и на две четверти, что применяется в медленных частях adagio.

Battements développés весьма разнообразны по своим видам.

Приводимые ниже примеры различных видов développés предусмотрены программой и изучаются в обязательном порядке.

Работающая нога вынимается на 90° , затем сгибается, носок идет под колено опорной (близко у ноги, но не прикасается к ней), после чего нога снова вытягивается в любом направлении на 90° .

Сгибая ногу из направления вперед, следует отводить бедро в сторону, сохраняя выворотность ступни.

Сгибая ногу из направления назад, бедро по возможности удерживать сзади, активно подводя к опорной ноге выворотную ступню носком под колено.

Сгибая ногу носком под колено опорной из направления в сторону, надо сохранять выворотность всей ноги.

Первоначально passé — проведение ноги под колено — следует делать в медленном темпе, на протяжении двух четвертей; в дальнейшем passé может исполняться на одну четверть и на одну восьмую.

Développé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$ часть круга

Работающая нога вынимается вперед на 90° (développé) и вытянутая отводится в сторону на этой же высоте.

То же самое делается в обратном направлении: нога вынимается назад и вытянутая отводится в сторону, сохраняя ту же высоту. Затем вынимается в сторону на 90° и отводится вперед или назад на этой же высоте.

В начале изучения отведение вытянутой ноги из одного направления в другое делается на протяжении двух четвертей, в дальнейшем на одну четверть.

Во время отведения ноги в сторону из направления вперед корпус остается ровным и не отклоняется к палке.

При отведении ноги в сторону из направления назад корпус, наклоненный вперед, выпрямляется, не отклоняясь в сторону палки. Чаще всего отклонение корпуса в сторону палки бывает при отведении ноги назад из направления в сторону.

Решающим моментом в правильном отведении работающей ноги является ее предельная выворотность и подтянутость в тазобедренном суставе.

Développé с отведением ноги на $\frac{1}{2}$ часть круга (rond de jambe en dehors и en dedans)

Работающая нога из V позиции вынимается вперед на 90° и, вытянутая, отводится через II позицию назад на этой же высоте. Для исполнения в обратном направлении нога вынимается назад на 90° и отводится через II позицию вперед.

Движение слитное, без остановки, но при разучивании может делаться раздельно, то есть отвести ногу в сторону, сделать паузу, затем отвести ее назад.

Положение корпуса при отведении ноги на $1/2$ часть круга такое же, как и при отведении ноги на $1/4$. Нога сохраняет вывернутое и подтянутое в тазобедренном суставе положение.

Développé ballotté

Développé ballotté (качание) состоит в отклонении корпуса назад при вынимании ноги вперед и отклонении корпуса вперед при вынимании ноги назад. При движении ноги в сторону корпус отклоняется в противоположном направлении.

Исполняется из V позиции вперед правой ногой, назад левой на высоту 90° . В обратном направлении исполняется назад правой ногой, вперед левой. Développé ballotté вперед и назад может быть сделано одной ногой через passé на 90° .

Développé ballotté в сторону исполняется только на середине зала попеременно одной и другой ногой.

Во время отклонения корпуса назад плечи остаются ровными, спина подтянута в поясице, прямая, без прогиба. При наклоне корпуса вперед плечи ровные, спина прогибается и подтягивается в поясице. При движении в сторону II позиции корпус перегибается к опорной ноге, бедро работающей ноги подтянуто, голова поворачивается в противоположную от поднимаемой ноги сторону. При возвращении ног в V позицию голова поворачивается en face.

В начале изучения développé ballotté рука находится на II позиции на протяжении всего упражнения, голова повернута направо.

В дальнейшем для развития координации рука из подготовительного положения поднимается через I позицию на II одновременно с выниманием ноги на 90° и опускается в подготовительное положение вместе с ногой. Голова поворачивается в сторону руки, открываемой на II позицию, при опускании руки в подготовительное положение голова поворачивается прямо.

Последовательность изучения. I. Размер $1/4$. Из исходного положения (V позиция) за тактом подняться на полупальцы. На первую четверть правая нога, стоящая впереди, поднимается к колену опорной. На вторую четверть вытягивается вперед на 90° одновременно с demi plié на опорной ноге, корпус отклоняется назад. На третью четверть положение сохраняется. На четвертую четверть вытянутая нога носком по полу подтягивается в V позицию на полупальцы вместе

с опорной, выпрямляющейся из *demi plié*, корпус выпрямляется. На первую четверть второго такта из V позиции левая нога, стоящая сзади, поднимается носком до уровня колена опорной ноги сзади. На вторую четверть вытягивается назад на 90° одновременно с *demi plié* на опорной, корпус наклоняется вперед. На третью четверть положение сохраняется. На четвертую четверть вытянутая нога подтягивается на полупальцы в V позицию сзади вместе с опорной, выпрямляющейся из *demi plié*, корпус выпрямляется. Движения ног аналогичны *battements soutenus* на 90°.

2. Законченная форма. Размер $2/4$. За тактом из исходного положения (V позиция) подняться на полупальцы, затем правая нога поднимается носком до колена опорной. На первую четверть первого такта работающая нога вытягивается вперед на 90° одновременно с *demi plié* на опорной ноге, корпус отклоняется назад. На вторую четверть вытянутая нога подтягивается в V позицию вперед на полупальцы одновременно с опорной ногой, корпус выпрямляется. На четвертую восьмую из V позиции левая нога поднимается носком до уровня колена опорной сзади. На первую четверть второго такта вытягивается назад на 90° одновременно с *demi plié* на опорной, корпус наклоняется вперед. На вторую четверть вытянутая нога подтягивается в V позицию назад на полупальцы одновременно с опорной ногой, корпус выпрямляется.

Последовательность изучения *ballotté* с *passé* на 90°. 1. Размер $4/4$. За тактом подняться в V позицию на полупальцы, правая нога поднимается носком до колена опорной. На первую четверть первого такта вытягивается вперед на 90° с *demi plié* на опорной ноге, корпус отклоняется назад. На вторую четверть положение сохраняется. На третью четверть нога сгибается *passé* на 90° (носок под колено), опорная, вытягиваясь из *demi plié*, поднимается на полупальцы, корпус выпрямляется. На четвертую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта правая нога вытягивается назад на 90° одновременно с *demi plié* на опорной ноге, корпус наклоняется вперед. На вторую четверть положение сохраняется. На третью четверть нога сгибается — *passé* (носок под колено), одновременно опорная поднимается на полупальцы, корпус выпрямляется. На четвертую четверть положение сохраняется. Отсюда движение повторяется вперед, назад и т. д.

2. Законченная форма. Размер $4/4$. За тактом — из V позиции подняться на полупальцы, работающая нога поднимается носком до колена опорной. На первую четверть вытягивается вперед на 90° с *demi plié* на опорной ноге, корпус отклоняется назад. На вторую восьмую положение сохраняется. На вторую

четверть
полупаль
ложение
вытягива
няется в
четверту
ная поди
следнюю
повторяе

Работ
вернуться
повернув

Во вр
ворачива
ние наза
на II поз
рется за
на месте,

На то
палки) и
поворота
берется з

Испол
veloppé и
сом en de
жение вл

Затем

сом en de
На по
мание на
носок нес

В нач
жении дв
одну четв

Движе
а также с

Dé

С. pli
plié и. 1.
ноге en de
Продолжа

четверть нога сгибается *passé* на 90° , опорная поднимается на полупальцы, корпус выпрямляется. На четвертую восьмую положение сохраняется. На третью четверть работающая нога вытягивается назад на 90° , опорная на *demi plié*, корпус наклоняется вперед. На шестую восьмую положение сохраняется. На четвертую четверть нога опять сгибается — *passé* на 90° , опорная поднимается на полупальцы, корпус выпрямляется. На последнюю восьмую положение сохраняется. Отсюда движение повторяется вперед, назад и т. д.

Développé с поворотом en dehors и en dedans.

Работающую правую ногу вынуть вперед на 90° , затем повернуться на левой ноге *en dedans* (к палке), одновременно повернув корпус на 180° .

Во время поворота корпуса правая нога, не смещаясь, разворачивается в тазобедренном суставе и переходит в положение назад; левая рука, находящаяся на палке, раскрывается на II позицию, правая со II позиции проводится вперед и берется за палку после поворота. Опорная нога поворачивается на месте, пятка выдвигается вперед.

На той же опорной ноге можно повернуться *en dehors* (от палки) на 180° ; работающая нога, не изменяя положения, после поворота переходит в положение вперед; руки меняются: одна берется за палку, другая открывается на II позицию.

Исполняя движение в обратном направлении, сделать *développé* назад и повернуться на опорной ноге вместе с корпусом *en dehors* (от палки). Работающая нога переходит в положение вперед.

Затем на той же ноге повернуться обратно вместе с корпусом *en dedans*, нога переходит в положение назад.

На поворотах *en dedans* и *en dehors* следует обратить внимание на подтянутость и выворотность бедра работающей ноги, носок необходимо удерживать в одной точке.

В начале разучивания каждый поворот делается на протяжении двух четвертей, в дальнейшем может быть исполнен на одну четверть.

Движение изучается на всей ступне, затем на полупальцах, а также с *plié relevé*.

Développé plié relevé с поворотом en dehors и en dedans

С *plié relevé* сделать *développé* вперед, опуститься на *demi plié* и, поднимаясь на полупальцы, повернуться на опорной ноге *en dedans*; работающая нога переходит в положение назад. Продолжая движение обратно, сделать *demi plié* на опорной

ноге, оставив работающую в положении назад и одновременно поднимаясь на полупальцы, повернуться en dehors; работающая нога переходит в положение вперед.

Développé balancé (короткое)

Développé balancé — качание ноги. Характер покачивания четкий, короткий.

Работающая нога поднимается на 90° в направлении вперед, в сторону или назад, затем коротким движением слегка опускается и сразу же резко возвращается на прежнюю высоту.

Для выполнения движения требуется предельная натянутость всей ноги.

Balancé исполняется на протяжении одной четверти; одна восьмая идет на опускание ноги, другая на поднятие.

Développé balancé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ часть круга и с возвращением ее обратно

Работающая нога из V позиции вынимается вперед на 90° , затем на той же высоте быстро отводится в сторону на $\frac{1}{4}$ часть круга и, не задерживаясь, возвращается обратно вперед. Движение исполняется и в обратном направлении: нога, вытянутая назад, отводится в сторону и быстро возвращается назад; или нога, вытянутая в сторону, отводится вперед и возвращается обратно в сторону, также отводится назад и возвращается в сторону.

Balancé делается с отведением ноги и на одну вторую часть круга. Для этого нужно вынуть ногу вперед, через II позицию быстро отвести назад и, не задерживая, также через II позицию возвратить вперед.

Отведение ноги на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ часть круга может комбинироваться. Например: вынуть ногу вперед, отвести через II позицию назад и возвратить ее в сторону. Или вынуть ногу в сторону, отвести вперед и через II позицию перевести назад. Высота ноги сохраняется на 90° .

Движение balancé исполняется на протяжении одной четверти; одна восьмая идет на отведение ноги, другая на приведение. Акцент должен приходиться на возвращение ноги в исходное положение.

Balancé делается сильно вытянутой ногой, предельно выворотной и подтянутой в тазобедренном суставе.

Положение корпуса такое же, как в développé с медленным отведением ноги на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ часть круга.

Développé tombé

Développés tombés (падающие) исполняются у палки в направлении вперед, в сторону и назад, в позах effacée и écartée вперед и назад. На середине зала — вперед, в сторону, назад и в позах croisée, effacée и écartée вперед и назад.

У палки и на середине зала développé tombé может исполняться как самостоятельное adagio, а также в комбинации с другими видами développés.

DÉVELOPPÉ TOMBÉ У ПАЛКИ. Размер $\frac{1}{4}$. На первую четверть правая работающая нога вынимается вперед на 90° , одновременно правая рука открывается на вторую позицию. На вторую четверть опорная нога поднимается на полупальцы, правая нога, вынутая на 90° , поднимается выше и как бы «забрасывается» по дуге наверх. На третью четверть, подавая корпус вперед, упасть (tombé) на правую ногу на demi plié, опорная левая нога вытягивается сзади носком в пол, поясница сильно втянута, центр тяжести корпуса на правой ноге, правая рука остается на II позиции, левая продвигается вперед на палке, плечи ровные. На четвертую четверть левая нога опускается с носка на пятку, корпус выпрямляется, возвращаясь на левую опорную ногу. Правая нога, вытягиваясь и скользя носком по полу, подтягивается к опорной и через V позицию вынимается вперед на 90° . Опорная левая нога поднимается на полупальцы. При возвращении центра тяжести корпуса на левую ногу правая рука опускается вниз, затем вместе с développé правой ногой раскрывается на II позицию. Левая рука, лежащая на палке, возвращается назад в исходное положение.

При первоначальном изучении можно закончить développé tombé следующим образом: на четвертую четверть, возвращаясь на опорную ногу, остаться на всей ступне, правую ногу подтянуть к опорной в положение sur le cou-de-pied впереди. Отсюда можно начать следующее движение.

Принцип исполнения développés tombés назад и в сторону такой же, как вперед. Следует только заметить, что при падении (tombé) в сторону рука, лежащая на палке, снимается с палки и принимает II или III позицию, в зависимости от задания, затем при возвращении центра тяжести корпуса на опорную ногу рука опускается на палку.

Исполняя développés tombés в позах (например, effacée вперед), следует после développé tombé на 90° упасть на demi plié в направлении effacé и, опустив палку, принять маленькую позу effacée назад (то есть маленький II arabesque носком в пол); возвращаясь на опорную ногу, снова положить руку на палку.

При исполнении *développés tombés* во всех направлениях следует стремиться сделать *tombé* как можно шире и, опускаясь с носка на пятку, сдержанно переходить в эластичное *demi plié*. Следует отметить, что *développés tombés*, исполняемые с сильным повышением ноги по дуге вверх перед *tombé*, а также активное участие корпуса в движении (стремление его сначала наверх, а затем за носком вперед или назад в зависимости от направления *développé*) безусловно помогают правильному исполнению больших *jetés* в *allegro*.

В классе, при изучении *grands jetés*, полезно напоминать ученику о некоторых правилах исполнения *développés tombés*.

Помимо равномерного распределения *développés tombés* на доли такта, когда каждое отдельное движение идет на одинаковое количество четвертей, в комбинации движение может быть распределено в каждом отдельном случае по-разному, то есть каждое *développé tombé* можно исполнить неравномерно даже в одном такте. Например: одно *développé* выдержать, исполнив медленно на протяжении двух четвертей, а последующие в этой же комбинации сделать без длительной выдержки на одну четверть.

Battements divisés en quarts

Battements divisés en quarts (четвертные *battements*) — это комбинация из нескольких движений, повторяемая одной ногой четыре раза с поворотом корпуса каждый раз на одну четвертую часть круга. Исполняются в направлении *en dehors* или *en dedans*.

Эти *battements* делают и с поворотом корпуса *en dehors* и *en dedans* на $\frac{1}{2}$ часть круга и на полный круг.

Существуют две формы четвертных *battements*, исполняемых только на середине зала.

Первая форма: *battements divisés en quarts* вперед.

En dehors. Размер $\frac{1}{4}$. За тактом работающая нога из V позиции подтягивается носком по опорной до колена. На первую четверть первого такта вытягивается вперед на 90° ; вместе с движением ноги руки из подготовительного положения поднимаются в I позицию. На вторую четверть сделать *demi plié* на опорной ноге, руки остаются на I позиции. На третью четверть повернуться на $\frac{1}{4}$ часть круга *en dehors*, поднявшись на полупальцы, и одновременно отвести работающую ногу в сторону на той же высоте 90° , руки раскрыть на II позицию. На четвертую четверть работающая нога сгибается, носок идет под колено опорной; опуститься с полупальцев, руки закрыть в подготовительное положение. Отсюда комбинация повторяется.

После четвертого раза работающая нога опускается в V позицию, и упражнение выполняется с другой ноги.

Для исполнения четвертных battements вперед en dedans работающая нога вынимается вперед и одновременно с подъемом на полупальцы опорной ноги и с поворотом en dedans отводится в сторону также на $\frac{1}{4}$ часть круга.

Вторая форма: battements divisés en quarts назад.

En dehors. Размер $\frac{1}{4}$. За тактом работающая нога из V позиции подтягивается носком по опорной до колена. На первую четверть первого такта вытягивается назад на 90° , руки поднимаются в I позицию. На вторую четверть сделать demi plié на опорной ноге, руки остаются на I позиции. На третью четверть повернуться на $\frac{1}{4}$ часть круга en dehors на полупальцах, развернув работающую ногу в сторону, руки раскрыть на II позицию. На четвертую четверть работающая нога сгибается, носок идет под колено опорной. Опуститься с полупальцев, руки опустить в подготовительное положение. Отсюда комбинация повторяется.

Для исполнения battements en dedans нога также вынимается назад (développé) и разворачивается в сторону одновременно с подъемом опорной ноги на полупальцы и поворотом en dedans на $\frac{1}{4}$ круга.

Для успешного выполнения этих battements требуется на протяжении всего упражнения сохранять собранность корпуса и силу ног (предельная напряженность мускулов, не допускающая ни в каких положениях расслабления, а также хорошая выворотность).

Решающим моментом будет поворот корпуса на полупальцах опорной ноги и отведение рабочей ноги в сторону.

Поворот на полупальцах должен быть устойчивым настолько, чтобы, отведя ногу на II позицию, оставаясь на полупальцах, зафиксировать конечную точку отведения ноги. В этом очень помогает единый темп. Одновременно с поворотом корпуса следует энергично подняться на опорной ноге на полупальцы, сильно вытянув колено; работающую ногу, выворотную и подтянутую в тазобедренном суставе, не задерживая, отвести в сторону и раскрыть руки на II позицию. В момент раскрывания руки должны быть упругими, поддерживающими корпус.

III. RONDS DE JAMBE

Rond de jambe par terre

Ronds de jambe par terre — круговые движения ноги по полу в направлениях *en dehors* и *en dedans*.

En dehors. Из I позиции работающая нога отводится вперед и движется по дуге через II позицию назад до положения против I позиции. Подъем и пальцы вытягиваются. Носок не отрывается от пола. Продолжая движение, нога с опущенной на пол пяткой проводится через I позицию вперед. Отсюда движение повторяется в том же направлении (*en dehors*).

Вытягивая ногу вперед, следует начать движение пяткой, сильно выдвинув ее; отводя ногу по дуге через II позицию назад, продолжать удерживать пятку выворотной.

En dedans. Из I позиции работающая нога отводится назад в положение против точки I позиции и через II позицию по дуге продолжает движение вперед. Затем снова через I позицию проводится назад. Отсюда движение повторяется.

Отводя ногу назад, следует начать движение от носка и продолжать его с выворотной пяткой по дуге через II позицию вперед.

Общие замечания. В ronds de jambe par terre (*en dehors* и *en dedans*) сохраняется предельная выворотность и натянутость всей ноги.

Необходимо соблюдать правильное направление ноги вперед и назад по прямой, ставя носок точно против исходной точки в I позиции. Если носок заходит за пределы этих точек, равномерность круговращения нарушается.

Подводя ногу к I позиции, ступню следует «подбирать» и вести без «завала» на большой палец. Мышцы работающей ноги не распускать.

Ronds de jambe par terre вначале исполняются раздельно, в законченном виде — слитно.

Последовательность изучения. 1. Demi rond de jambe par terre. Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть первого такта

работающая нога из I позиции отводится вперед. На вторую четверть положение сохраняется. На третью и четвертую четверти нога отводится по дуге в сторону. На первую и вторую четверти второго такта положение сохраняется. На третью и четвертую четверти нога закрывается в I позицию. Затем следует вторая половина движения.

En dehors: на первую четверть нога из I позиции отводится в сторону. На вторую четверть положение сохраняется. На третью и четвертую четверти нога отводится по дуге назад. На первую и вторую четверти второго такта положение сохраняется. На третью и четвертую нога закрывается в I позицию.

En dedans выполняется в обратном направлении.

2. *Demi rond de jambe en dehors*. Размер $\frac{1}{4}$. На первую четверть первого такта нога из I позиции отводится вперед. На вторую четверть отводится по дуге в сторону. На третью четверть закрывается в I позицию. На четвертую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта нога отводится в сторону. На вторую — отводится по дуге назад. На третью — закрывается в I позицию. На четвертую положение сохраняется.

3. *Rond de jambe*. Размер $\frac{2}{4}$. На два вступительных такта *préparation*. На первую четверть первого вступительного такта сделать *demi plié* в I позиции, рука в подготовительном положении. На вторую четверть работающую ногу отвести вперед на вытянутый носок, опорная остается на *demi plié*, рука поднимается в I позицию. На первую четверть второго вступительного такта работающую ногу, не отрывая вытянутого носка от пола, провести по дуге в сторону, опорную ногу вытянуть, руку открыть на II позицию. На вторую четверть нога со II позиции, скользя носком по полу, отводится по дуге назад.¹

На первую четверть первого такта работающая нога проводится через I позицию вперед. На вторую четверть отводится по дуге через II позицию назад. На первую четверть второго такта нога снова проводится через I позицию вперед. На вторую — по дуге через II позицию отводится назад и т. д.

Движение выполняется как в направлении *en dehors*, так и в направлении *en dedans*.

4. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Движению предшествует *préparation* из I или V позиции, исполняемый на один вступительный такт.

En dehors. На первую восьмую — *demi plié*. На вторую восьмую работающая нога отводится вперед на вытянутый носок,

¹ Отведение ноги со II позиции назад на вторую четверть второго вступительного такта — это затакт для начала движения *en dehors*; для *en dedans* *préparation* выполняется в обратном направлении.

опорная остается на *demi plié*, рука поднимается в I позицию. На третью восьмую нога, скользя носком по полу, по дуге отводится в сторону, одновременно опорная нога выпрямляется из *demi plié*, рука открывается во II позицию. На четвертую восьмую нога носком по полу отводится по дуге назад.

На первую восьмую первого такта музыкальной фразы нога проводится через I позицию вперед. На вторую восьмую отводится по дуге через II позицию назад. На третью восьмую снова проводится через I позицию вперед. Таким образом, происходит непрерывное движение ноги. Каждый круг исполняется на протяжении одной четверти.

При разучивании слитной формы *rond de jambe par terre* переход от *en dehors* к *en dedans* следует делать из IV позиции: нога заканчивает круг вперед на вытянутый носок и отсюда проводится по I позиции назад для исполнения *en dedans*. *Rond de jambe par terre* можно сделать ускоренно, восьмыми долями, а также комбинировать исполнение из четвертей и восьмых.

Rond de jambe par terre en tournant

Ronds de jambe par terre en tournant (с поворотом) на $\frac{1}{8}$ или $\frac{1}{4}$ круга в направлении *en dehors* и *en dedans* исполняют на середине зала.

В начале разучивания первое движение делается с поворотом, второе на месте. При поворотах следует обратить внимание на правильный ход работающей ноги, доводя ее до положения против исходной точки в I позиции спереди и сзади.

Отведение работающей ноги по дуге через II позицию назад и вперед (*en dehors* и *en dedans*) происходит одновременно с поворотом корпуса на опорной ноге, пятка которой едва отделяется от пола для перемещения.

Rond de jambe en l'air

Ronds de jambe en l'air — круговые движения ноги в воздухе на высоте 45° и 90° .

Rond de jambe en l'air en dehors. Исходное положение: работающая нога открыта в сторону II позиции на 45° . При неподвижном бедре, сгибаясь в колене, нога продвигается по дугообразной линии сзади к опорной, подводится носком к икре, продолжает движение по дуге спереди и вытягивается в сторону II позиции на 45° (в исходное положение).

Rond de jambe en l'air en dedans. Работающая нога из исходного положения, сгибаясь, продвигается по дуге спереди по

направлению к опорной, продолжает движение по дуге сзади и вытягивается в сторону II позиции на 45°.

Движение разучивается в медленном темпе.

Правила исполнения *rond de jambe en l'air*. Продвигая ногу по дуге, не следует заводить ее далеко за опорную ногу назад и вперед, то есть не следует пытаться делать круг широко. Круг должен быть растянутым.

Вытягивание ноги на II позицию должно быть энергичным, но не резким. Каждый круг делается четко, точка замыкания круга на II позиции фиксируется.

Носок работающей ноги следует подводить к середине икры опорной ноги (при круговых вращениях ноги на высоте 90° носок работающей ноги подводится под колено опорной).

Во время движения ноги по кругу бедро находится в выворотном и неподвижном состоянии.

При вращении ноги по кругу нельзя нарушать выворотность пятки.

Прежде чем приступить к изучению *rond de jambe en l'air*, рекомендуется в течение небольшого периода делать только сгибание и вытягивание ноги без движения по кругу.

Движению предшествует *préparation*, исполняемый на два вступительных такта $\frac{2}{4}$. На первую четверть первого такта рука из подготовительного положения поднимается в I позицию. На вторую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта рука открывается на II позицию, одновременно работающая нога из V позиции отводится в сторону II позиции на вытянутый носок. На вторую четверть нога поднимается на 45°. В дальнейшем *préparation* исполняется на один вступительный такт: на первую четверть рука поднимается в I позицию; на вторую четверть отводится на II позицию, одновременно нога из V позиции поднимается в сторону II позиции на высоту 45°. *Préparation* к *rond de jambe en l'air* может быть и *temps relevé*.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. На первый такт работающая нога, вытянутая в сторону II позиции на 45°, сгибается, носок подводится к икре опорной ноги. На второй такт положение сохраняется. На третий такт нога вытягивается в сторону II позиции на высоту 45°. На четвертый — положение сохраняется. Затем движение повторяется.

Упражнение исполняется без вращения ноги.

2. *En dehors*. Размер $\frac{2}{4}$. На первый такт работающая нога со II позиции 45°, сгибаясь, идет по дуге сзади, носок подводится к икре опорной ноги. На второй такт нога продолжает движение по дуге спереди, замыкает круг и вытягивается в сторону II позиции на 45°. Отсюда движение повторяется.

En dedans выполняется в обратном порядке. Движение ноги по кругу должно быть плавным, слитным, без акцента.

3. Размер $\frac{2}{4}$. На первый такт работающая нога со II позиции с высоты 45° , сгибаясь, идет по дуге сзади, носок подводится к икре опорной ноги. На первую четверть второго такта нога продолжает движение по дуге спереди и вытягивается в сторону II позиции на 45° . На вторую — положение сохраняется. Отсюда движение повторяется в том же направлении.

4. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation на два вступительных такта. Один rond de jambe en l'air выполняется на протяжении одного такта на $\frac{2}{4}$. В законченной форме один rond de jambe выполняется на одну четверть.

Rond de jambe en l'air вначале делается на всей ступне, со второго класса вводится подъем на полупальцы.

Ronds de jambe en l'air могут быть исполнены ускоренно восьмыми и шестнадцатыми долями: например два движения на четверти и три на восьмые. В старших классах движения комбинируются и исполняются четвертями, восьмыми и шестнадцатыми долями.

Ronds de jambe en l'air как у палки, так и на середине зала, могут исполняться с plié relevé, с акцентом наверх и с акцентом вниз.

С акцентом наверх: работающая нога за тактом, сгибаясь, двигается по дуге сзади или спереди (en dehors или en dedans) к опорной, одновременно опорная делает plié; работающая нога продолжает движение по дуге спереди или сзади и вытягивается в сторону II позиции на 45° , опорная также вытягивается и поднимается на полупальцы.

В данном примере обе ноги одновременно сгибаются и одновременно вытягиваются.

С акцентом вниз: за тактом работающая нога, сгибаясь, двигается по дуге сзади или спереди (en dehors или en dedans) к опорной, продолжает движение и вытягивается в сторону II позиции на 45° . В момент вытягивания работающей ноги опорная делает demi plié. Затем работающая нога, опять сгибаясь, идет по дуге к опорной, опорная в это время вытягивается и поднимается на полупальцы и т. д.

На середине зала ronds de jambe en l'air могут исполняться en tournant на $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ части круга в направлении en dehors и en dedans.

Повороты происходят на полупальцах. В движении en tournant сохраняется выворотность, подтянутость и неподвижность бедра работающей ноги, что необходимо не только для правильного исполнения rond de jambe, но и для устойчивости на полупальцах.

Grand rond de jambe jeté

Это движение заключается в большом броске ноги по кругу на 90° в направлении en dehors и en dedans.

Grand rond de jambe jeté en dehors. Работающая нога из I позиции отводится назад в IV позицию на вытянутый носок (для en dedans вперед в IV позицию).¹ Через I позицию нога выбрасывается вперед на 45° в полусогнутом положении, вытягивается в направлении effacé и продолжает движение по кругу на высоте 90° через II позицию назад. Замыкая круг, нога опускается и через I позицию опять выбрасывается вперед на 45°.

Grand rond de jambe jeté en dedans. Через I позицию нога выбрасывается назад на 45° в полусогнутом положении, вытягивается в направлении effacé и продолжает движение по кругу на высоте 90° через II позицию вперед. Нога опускается, замыкает круг и через I позицию снова выбрасывается назад на 45°.

*Общие замечания.*² Нога выбрасывается вперед на 45° в полусогнутом положении против I позиции с выворотным и подтянутым бедром. Пятка выдвигается вперед, мышцы ноги напряжены, подъем и пальцы вытянуты.

Выбросив ногу на высоту 45°, ни в коем случае нельзя останавливаться. Нога продолжает равномерное движение по кругу, как при rond de jambe par terre.

Из полусогнутого положения на высоте 45° нога вытягивается в колене в направлении условного effacé вперед (точка между направлением вперед и в сторону). Дальше нога, постепенно набирая высоту 90°, идет через II позицию в условное écarté назад³ (точка между направлением в сторону и назад). Это наивысшая точка броска ноги в направлении en dehors. Затем нога опускается и отводится назад в положение против I позиции.

В начале разучивания бросковое движение ноги заменяется медленным безостановочным проведением ноги по кругу на 90°. В дальнейшем круг ногой исполняется броском.

Последовательность изучения. 1. En dehors. Размер $\frac{1}{4}$. На первую четверть работающая нога из IV позиции

¹ В начале самостоятельного разучивания движения отведение ноги в IV позицию на носок является своего рода préparation. В дальнейшем grand rond de jambe jeté комбинируют с rond de jambe par terre, после которого, как правило, следует grand rond de jambe jeté.

² Имеется в виду grand rond de jambe jeté en dehors. Grand rond de jambe jeté en dedans исполняется по тем же правилам, но в обратном направлении.

³ Écarté называется условным, потому что корпус не принимает положения écartée, а остается en face.

сзади с вытянутого носка выбрасывается через I позицию вперед в полусогнутом положении на высоту 45°. На вторую четверть нога, вытягиваясь и поднимаясь на 90°, по дуге движется на II позицию. На третью, продолжая движение, проходит в *écarté* назад. На четвертую четверть опускается назад в IV позицию на вытянутый носок против I позиции.

2. Размер $2/4$. На протяжении двух четвертей работающая нога из исходного положения (IV позиция сзади) с вытянутого носка бросается через I позицию вперед в полусогнутом положении на 45°, затем, вытягиваясь и поднимаясь на 90°, идет по дуге через II позицию в *écarté* назад и опускается сзади в IV позицию на вытянутый носок. На второй такт движение повторяется и т. д.¹

En dedans исполняется в обратном направлении.

Следующий период изучения проходит также на один такт, но с той разницей, что нога, опускаясь, не фиксирует положения носком в пол в IV позиции сзади (при *en dehors*) и спереди (при *en dedans*), а только проходит через это положение.

3. Законченная форма. Размер $2/4$. На первую четверть первого такта работающая нога из IV позиции сзади с вытянутого носка выбрасывается через I позицию вперед в полусогнутом положении на 45°, затем продолжает бросок, вытягивается, поднимается на 90°, идет по дуге через II позицию на *écarté* назад и опускается назад против I позиции. На вторую четверть, не прерывая движения, снова проходит IV позицию вытянутым носком по полу, выбрасывается через I позицию вперед на 45° в полусогнутое положение и т. д.

Таким образом, круг ногой делается на одну четверть.

¹ Во время исполнения *grand rond de jambe jeté* корпус должен оставаться неподвижным, плечи свободно раскрыты, спина подтянута.

IV. PORT DE BRAS

Port de bras — это правильное прохождение рук через основные позиции с поворотами, наклонами головы и движениями корпуса.

В классическом танце port de bras имеет огромное значение. Красота линий рук, их мягкость, гибкость и подвижность корпуса, различные повороты и наклоны головы вырабатываются в port de bras. В port de bras отрабатывается пластическая выразительность танца.

Изучение простейших port de bras у палки и на середине зала начинается с первого года обучения, как только усвоены позиции рук.

Подготовкой к port de bras является движение рук по позициям в комбинации с rond de jambe par terre или каким-нибудь другим движением экзерсиса. Позднее включаются наклон корпуса вперед и перегиб назад, повороты головы.

Затем исполняются port de bras в IV широкой позиции с углубленным demi plié на опорной ноге и наклоном корпуса вперед к опорной ноге (растяжка).

Port de bras делаются в глубоких приседаниях, в позициях и на полупальцах на двух и на одной ноге. Музыкальные размеры и темпы различны. При этом всегда сохраняется плавность и слитность движений, характерных для port de bras.

Все виды port de bras широко применяются в adagio и являются одним из основных его элементов.

В старших классах port de bras сочетаются с прыжками (например: *sissonne renversée*, *jeté renversé* и т. п.).

Основные формы учебных port de bras

Изучение port de bras на середине зала начинается с движения рук по трем позициям в медленном темпе, с длительной фиксацией каждого положения. Затем вводятся основные формы port de bras.

1. Встать в V позицию *croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо, корпус подтянут.¹

Размер $\frac{1}{4}$. На первую четверть первого такта руки из подготовительного положения поднимаются в I позицию, голова слегка отклоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти. На вторую четверть положение сохраняется. На третью — руки поднимаются в III позицию, голова выпрямляется, взгляд сопровождает кисти рук. На четвертую четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта руки раскрываются на II позицию, голова поворачивается направо, взгляд сопровождает кисть правой руки. На вторую четверть положение сохраняется. На третью — руки опускаются в подготовительное положение, причем несколько разгибаются, кисти постепенно поворачиваются ладонями вниз, пальцы при этом слегка отстают и на ходу заканчивают закругленную линию, голова повернута направо. На четвертую четверть положение сохраняется.

Затем это *port de bras* выполняется на один такт $\frac{1}{4}$ в медленном темпе, но связно. По мере усвоения темп несколько ускоряется.

При исполнении *port de bras* на $\frac{3}{4}$ каждое положение будет соответствовать одному такту.

2. *Port de bras* с комбинированным использованием трех позиций.

На два вступительных аккорда выполняется *préparation*. Встать в V позицию, правая нога впереди. На первый аккорд руки из подготовительного положения поднимаются в I позицию, голова слегка склоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти. На второй аккорд левая рука поднимается в III позицию, правая отводится на II позицию, голова поворачивается направо, взгляд сопровождает кисть правой руки.

Отсюда начинается *port de bras*. Левая рука раскрывается на II позицию, правая поднимается в III позицию, голова поворачивается в сторону левой руки, взгляд следует за кистью. Затем левая рука опускается в подготовительное положение и поднимается в I позицию; в этот момент голова поворачивается направо, взгляд переводится на локоть правой руки, которая во время движения левой остается в III позиции. Дальше правая рука опускается к левой в I позицию, голова выпрямляется, взгляд переходит на кисти рук. В заключение левая рука поднимается в III позицию, правая рука отводится на II позицию, голова поворачивается направо, взгляд сопровождает кисть правой руки.

¹ Перед исполнением следующих *port de bras* вставать так же, за исключением третьего (см. ниже).

Это port de bras в дальнейшем может выполняться с глубоким приседанием в V и IV позициях, без туров и с турами sur le cou-de-pied и в больших позах.

3. *Port de bras с наклоном корпуса в сторону.*

Встать лицом к зеркалу, ноги в невыворотной I позиции, пятки вместе, руки в подготовительном положении. На два вступительных аккорда сделать *préparation*: на первый аккорд руки поднять в I позицию, голову слегка склонить к левому плечу, взгляд направлен на кисти; на второй аккорд раскрыть руки на II позицию, голову повернуть прямо.

Далее корпус как можно больше наклоняется направо и точно в сторону, без отклонения назад. Одновременно с движением корпуса левая рука поднимается в III позицию, правая остается на II позиции, но, в соответствии с наклоном корпуса, опускается вниз; плечи остаются ровными, голова поворачивается направо, взгляд направлен на кисть правой руки. Затем корпус выпрямляется, вместе с ним поднимается правая рука, оставаясь на II позиции, левая тоже опускается на II позицию, голова поворачивается *en face*. Затем корпус наклоняется налево.

После усвоения наклонов корпуса в сторону, наклонов вперед и перегибов назад принято соединять их в одну комбинацию: вначале делается наклон вперед и перегиб назад (повторяется два раза), затем наклон направо и налево (повторяется четыре раза).

Комбинированное port de bras можно выполнять в I невыворотной позиции и в V позиции.

4. *Port de bras с разнообразными движениями корпуса.*

Встать в V позицию, правая нога впереди. На *préparation* руки через I позицию раскрываются на II, голова поворачивается направо.

Затем корпус наклоняется вперед, сохраняя прямую линию за счет подтянутой поясницы; одновременно с корпусом руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается прямо, взгляд направлен на кисти. Во время наклона голова и корпус составляют одну прямую, корпус возможно больше подается вперед.¹

После наклона корпус принимает исходное положение, руки поднимаются в I позицию и следуют дальше в III позицию. При выпрямлении корпуса взгляд следует за кистями рук до I позиции, затем голова поворачивается направо, взгляд направляется немного выше локтя правой руки. Далее следует перегиб корпуса назад (сначала отклоняются плечи, затем спина перегибается в пояснице), при этом спина собрана, поясница

¹ При наклоне корпуса недопустимо держать его дугообразно, прогибать поясницу, сжимать лопатки и распускать ягодичные мышцы. Смысл движения заключается именно в прямом и подтянутом положении корпуса.

подтянута, желудок подобран, плечи опущены, голова не запрокидывается назад, а составляет одну линию с корпусом, руки впереди головы до конца перегиба. Ноги должны быть вытянутыми, мышцы напряженными (особенно в момент наибольшего перегиба).¹ Затем корпус выпрямляется, руки постепенно открываются на II позицию.

В заключении *port de bras* руки опустить в подготовительное положение.

5. Port de bras со сложным поворотом корпуса.

Встать в V позицию, правая нога впереди. *Préparation*: левая рука открывается в III позицию, правая — на II позицию. Корпус разворачивается спиной к зеркалу правым плечом вперед; грудная клетка раскрыта, спина подтянута. В заключении корпус перегибается назад, плечи остаются ровными, бедра неподвижными. Одновременно с поворотом корпуса левая рука опускается на II позицию и идет назад по направлению к точке 4 плана класса, правая идет по направлению из точки 2 в точку 8 на высоте II позиции, при этом руки постепенно распрямляются, пальцы вытягиваются, ладони поворачиваются вниз (руки принимают положение IV *arabesque*). В заключительный момент руки слегка сгибаются в локтях.

В этом *port de bras* особенно важен свободный, мягкий ход рук, подчеркивающий сложный поворот корпуса.

Вначале, когда левая рука опускается на II позицию, голова поворачивается налево, взгляд направляется на кисть левой руки и следует за ее движением до II позиции. Затем голова поворачивается к правому плечу, правая рука проводится вперед, взгляд направлен на кисть правой руки. Далее левая рука через подготовительное положение соединяется с правой в I позиции, корпус возвращается в первоначальное положение, голова слегка склоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти. В заключении левая рука поднимается в III позицию, правая отводится на II, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки.

6. Port de bras с усложненным перегибом корпуса назад, с предварительным поворотом и перегибом в сторону.

Встать в V позицию, правая нога впереди. *Préparation*, как во втором и пятом *port de bras*, левая рука на III позиции, правая на II. Перед началом *port de bras*, за тактом, голова поворачивается прямо, взгляд направлен на кисть левой руки. Затем корпус наклоняется вперед, сохраняя прямое подтянутое положение.

Вместе с наклоном корпуса левая рука опускается в I позицию, взгляд следует за ее движением. Одновременно правая рука опускается в подготовительное положение и соединяется

¹ Нельзя увеличивать перегиб корпуса за счет сгибания коленей.

с левой в I позиции, взгляд переходит на кисти. Затем корпус выпрямляется и слегка поворачивается налево (при этом нужно следить, чтобы плечи не поднимались); левая рука идет на II позицию, голова поворачивается налево, взгляд следует за кистью левой руки. Правая поднимается в III позицию. Корпус перегибается назад, затем выпрямляется, и одновременно переводятся руки: левая в III позицию, правая на II позицию; голова поворачивается направо, взгляд сопровождает кисть правой руки.

7. Сложная форма большого *port de bras* с глубоким наклоном корпуса вниз (растяжка).

Préparation: на первый аккорд сделать *demi plié* в V позиции. Отвести правую ногу вперед на *croisé* (носок скользит по полу); левая нога остается на *demi plié*; руки поднимаются в I позицию, голова слегка склоняется налево, взгляд направлен на кисти. На второй аккорд, передавая центр тяжести корпуса на правую ногу, перейти на нее через проходящее (нефиксированное) *demi plié* в IV позицию в позу *croisée* назад (левая нога сзади на вытянутом носке). При этом левая рука поднимается в III позицию, правая на II позицию, голова поворачивается направо, взгляд сопровождает кисть правой руки.

Перед началом *port de bras*, за тактом, голова поворачивается прямо, взгляд направляется на кисть левой руки. Сделать *demi plié* на правой ноге, одновременно левая ногой по полу отводится дальше назад, оставаясь в положении *croisée* (растяжка). Вместе с движением ног прямой и подтянутый корпус опускается вниз к бедру опорной ноги, левая рука остается на III позиции, правая — на II позиции, взгляд следует за кистью левой руки.

В момент предельного наклона корпуса и углубленного *demi plié* левая рука из III позиции опускается в I; правая подводится к ней в I позицию через подготовительное положение.

Надо следить, чтобы голова, корпус и левая нога составляли прямую наклонную линию, идущую от головы к носку левой ноги (поясница остается сильно втянутой, корпус сохраняет общую ровную линию, и центр его тяжести распределяется на опорной правой ноге). Затем прямой и подтянутый корпус при помощи толчка правой опорной ноги резко выпрямляется, и его тяжесть передается на левую вытянутую ногу, которая переходит на всю ступню (носок остается на месте); правая нога выпрямляется (носок не отрывается от пола) и подтягивается к левой опорной ноге на расстояние свободного шага, оставаясь на вытянутом носке (в *croisé* вперед). Руки остаются в I позиции, голова склоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисти.

Далее корпус перегибается назад, слегка разворачиваясь назад левым плечом, при этом бедра остаются ровными и

неподвижными; одновременно левая рука отводится на II позицию, голова поворачивается налево, взгляд направлен на кисть и сопровождает ее движение, правая рука поднимается в III позицию. Корпус продолжает перегибаться назад, левая рука переводится в III позицию, правая рука раскрывается на II позицию, голова поворачивается направо, взгляд переводится на кисть правой руки и следует за ее движением.

В заключении выпрямить корпус и одновременно перейти с левой ноги на правую через проходящую IV позицию в позу *croisée* назад, в первоначальное положение.

В перечисленных *port de bras* в сочетании с движением рук и головы исполняются основные наклоны, перегибы и повороты корпуса. В дальнейшем на этой основе строится множество различных форм *port de bras*.

В *adagio port de bras* могут заканчиваться в *préparation* для туров в больших позах *en dehors* и *en dedans* и для маленького *piquette* с ногой *sur le cou-de-pied*.

Пример port de bras в préparation en dehors. Исполнить 7-е *port de bras* до перехода в заключительное положение, то есть остаться в позе *croisée* вперед. Перейти на правую ногу в широкую IV позицию на *demi plié*, левая остается сзади, вытянутая в колене, центр тяжести корпуса передается на правую ногу (такая широкая позиция необходима для исполнения туров в больших позах). Одновременно с переходом в IV позицию левая рука из III позиции опускается вперед на уровень левого плеча (кисть руки против плеча), правая остается на II позиции, затем руки вытягиваются, ладони поворачиваются вниз.

Переход в *préparation* в заключении *port de bras* для маленького *piquette* тот же, только IV позиция делается уже.

При исполнении *port de bras* в *préparation* для туров *en dedans*, дойдя до положения *croisée* вперед (опорная нога правая, левая рука находится на II позиции, а правая на III) и переходя в IV позицию, следует опустить правую руку из III позиции через II в подготовительное положение и поднять ее в I позицию; левая рука остается на II позиции, линия рук закругленная.

Это же *port de bras* для вращения *en dehors* и *en dedans* можно исполнить иначе: после глубокой растяжки на *plié* на правой ноге, не переходя на левую ногу, подтянуть ее к правой, которая остается на *demi plié*, и с вытянутого носка поставить на всю ступню в IV позицию. В этот момент корпус выпрямляется, руки соединяются в I позиции, затем идет перегиб корпуса и движение рук, аналогичное предыдущим *port de bras*, заканчивающимся в *préparation* к турам.

V. TEMPS LIÉ

Temps lié — это целая серия слитных взаимосвязанных движений на середине зала. В хореографическом образовании temps lié как самостоятельная форма имеет большое значение в развитии координации движений рук, ног, головы и корпуса. Исполняется всегда плавно. Элементы temps lié нередко входят в построение adagio.

Temps lié изучается от простейших форм до сложных (усложняется за счет перегибов корпуса, исполнения на 90° , введения подъема на полупальцы, туров с demi plié и с глубокого plié). Разучивание начинается с основной формы, в медленном темпе. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$, $\frac{4}{4}$ и $\frac{3}{4}$.

*Основная форма.*¹ Размер $\frac{4}{4}$. Встать в V позицию croisé, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо.²

На первую четверть первого такта сделать demi plié в V позиции, голова повернута направо, руки в подготовительном положении. На вторую четверть правую ногу, не отделяя носка от пола, скользящим движением отвести вперед на croisé, левая, опорная, остается на demi plié, центр тяжести корпуса на левой ноге. Одновременно руки поднимаются в I позицию, голова слегка склоняется на левое плечо. На третью четверть перейти через проходящее demi plié в позу croisée назад на правую ногу, передав на нее центр тяжести корпуса: вслед за этим обе ноги вытягиваются (левая нога сзади на вытянутом носке).

Переход с левой ноги на правую выполняется слитно через проходящую IV позицию. В момент перехода левая рука поднимается в III позицию, правая на II, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки. На четвертую

¹ Основная форма temps lié излагается со всеми подробностями. Следующие примеры разбираются в сокращенном виде, за исключением дополнений.

² Подготовительное положение перед упражнением для всех temps lié одинаково.

четверть левая нога закрывается в V позицию сзади (*épaule-ment croisé*), руки остаются в том же положении. На первую четверть второго такта — *demi plié* в V позиции, одновременно фигура поворачивается *en face*, взгляд направляется на кисть левой руки, которая опускается в I позицию, правая остается на II. На вторую четверть правую ногу, вытягивая, отвести скользящим движением по полу на II позицию на вытянутый носок, левая рука открывается на II позицию, голова сохраняет положение *en face*. На третью четверть перейти на вытянутую правую ногу, передав на нее центр тяжести корпуса, левая нога вытягивается носком в пол, руки остаются на II позиции, голова поворачивается налево. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию вперед в *épaulement croisé*, руки опускаются в подготовительное положение, голова повернута налево. Далее эта комбинация повторяется с левой ноги вперед, затем назад (в обратном направлении).

В размере $\frac{3}{4}$ (вальсовая форма) каждое положение распределяется на один такт.

Temps lié с перегибом корпуса

Размер $\frac{1}{4}$. V позиция, правая нога впереди. На первую четверть первого такта — *demi plié* в V позиции. На вторую — правую ногу, вытягивая, отвести вперед на *croisé*, не отделяя носка, руки поднимаются в I позицию. На третью четверть, передавая центр тяжести корпуса на правую ногу, перейти на нее через проходящее *demi plié* в позу *croisée* назад (левая нога сзади на вытянутом носке). В момент перехода левая рука идет в III позицию, правая на II, голова поворачивается направо. На четвертую четверть поза *croisée* сохраняется. На первую и вторую четверти второго такта корпус перегибается назад,¹ руки и голова остаются в том же положении. На третью четверть корпус выпрямляется, руки остаются в том же положении. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию сзади (*épaulement croisé*). На первую четверть третьего такта — *demi plié* в V позиции и поворот фигуры *en face*, левая рука опускается в I позицию, взгляд сопровождает ее движение, правая остается на II позиции. На вторую четверть правую ногу, вытягивая, отвести по полу на II позицию на вытянутый носок, левая рука открывается на II позицию, голова сохраняет положение *en face*. На третью четверть — центр тяжести корпуса передается с левой ноги на вытянутую правую, левая вытягивается на II позицию носком в пол, руки сохра-

¹ Во время перегиба корпуса нельзя делать упор на носок ноги, находящейся сзади: центр тяжести корпуса остается на опорной ноге

няют II позицию, голова поворачивается налево. На четвертую четверть это положение сохраняется. На первую и вторую четверти четвертого такта корпус наклоняется налево, левая рука, оставаясь на II позиции и сохраняя высоту на уровне плеча, опускается вместе с корпусом, взгляд следует за кистью, правая рука поднимается в III позицию.¹ На третью четверть корпус выпрямляется, правая рука тоже открывается на II позицию, голова поворачивается сначала en face, затем направо, взгляд направлен на кисть правой руки. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию вперед (épaulement croisé), руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается налево.

Дальше эта комбинация повторяется с левой ноги, затем в обратном направлении.

Исполняя temps lié назад, перегиб корпуса следует делать также назад, но только в позе croisée вперед, наклон корпуса в сторону выполняется к опорной ноге.

Temps lié par terre с туром

Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди, épaulement croisé. Préparation: за тактом — demi plié в V позиции, правая рука поднимается в I позицию, левая на II, голова прямо. На первую четверть — tour en dehors на левой ноге на полупальцах, правая нога sur le cou-de-pied впереди, руки соединяются в I позиции.² На вторую четверть — demi plié на левой ноге, правая с cou-de-pied, вытягиваясь, опускается на пол и проскальзывает носком по полу на croisé вперед, руки в I позиции, взгляд переводится на кисти, голова слегка склоняется на левое плечо. На третью четверть — переход на правую ногу через проходящее demi plié в IV позицию, в позу croisée назад, левая рука поднимается в III позицию, правая на II, голова направо. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию сзади (épaulement croisé), руки сохраняют то же положение. На последнюю восьмую четвертой четверти — demi plié, правая рука сгибается в I позицию, левая на II (préparation), голова прямо. На первую четверть второго такта — tour en dehors на левой ноге (заканчивается en face), правая sur le cou-de-pied впереди. На вторую четверть — demi plié на левой ноге, правая из положения sur le cou-de-pied опускается на пол и, вытягиваясь, проскальзывает

¹ При наклоне корпуса в сторону, как и при перегибах назад, нельзя опираться на носок ноги, вытянутой в сторону.

² Подробное описание техники исполнения tours из V позиции en dehors и en dedans см. в разделе «Вращение на полу и в воздухе».

носком по полу в сторону на II позицию, руки раскрываются на II позицию, голова en face. На третью четверть — переход на правую ногу, левая вытягивается носком в пол на II позицию, голова поворачивается налево. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию вперед, руки опускаются в подготовительное положение, голова налево. Эта комбинация исполняется в обратном направлении с *tour en dedans* с ногой *sur le cou-de-pied* сзади.

Temps lié на 90°

Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть первого такта — *demi plié* на левой ноге, одновременно правая сгибается носком к колену опорной ноги впереди, руки в I позиции, голова налево. На вторую четверть левая нога остается на *demi plié*, правая вытягивается вперед на *croisé* на 90°, руки сохраняют I позицию, взгляд направлен на кисти. На третью четверть — переход на правую вытянутую ногу в большую позу *attitude croisée*, левая рука поднимается в III позицию, правая на II, голова поворачивается направо. На четвертую четверть сохраняется поза *attitude croisée*. На первую четверть второго такта — *demi plié* на левой ноге и поворот фигуры en face, одновременно правая нога сгибается (носок у колена опорной впереди), левая рука опускается в I позицию, правая остается на II. На вторую четверть правая нога вытягивается в сторону на 90°, левая рука отводится на II позицию, голова — en face. На третью четверть переход на правую вытянутую ногу через увеличенную II позицию, центр тяжести корпуса передается на правую ногу, левая поднимается на 90° в сторону, руки остаются на II позиции, голова поворачивается налево. На четвертую четверть левая нога опускается в V позицию вперед, фигура поворачивается левым плечом вперед (*épaulement*), руки закрываются в подготовительное положение, голова повернута налево.

В *temps lié* вынимание работающей ноги на 90° вперед на *croisé* и в сторону на 90° происходит из V позиции одновременно с *demi plié* на опорной ноге; в позу *attitude* поднятие согнутой ноги происходит по правилам *relevé*. При исполнении назад движения следуют в обратном порядке. Вынимание ноги на 90° назад на *croisée* и в сторону на 90° делается так же, как вперед, за исключением большой позы *croisée* вперед, где вынимание ноги идет через V позицию (перейдя на опорную ногу, работающую ногу надо подтянуть к опорной и вынуть на 90°).

На переходах в позу *attitude croisée*, в сторону на 90° и в позу *croisée* вперед работающая нога ставится на пол на всю ступню с вытянутого носка.

Temps lié на 90° выполняется и на полупальцах: при переходе в позу *attitude croisée*, в сторону на 90° и в позу *croisée* вперед работающая нога ставится сразу на полупальцы. После фиксации позы нога закрывается в V позицию также на полупальцы, затем с полупальцев опускается на *demi plié* в V позиции. Отсюда движение продолжается.

В старших классах *temps lié* на 90° может быть исполнено на один такт.

Размер $\frac{4}{4}$. За тактом — *demi plié* на левой ноге, правая сгибается (носок у колена опорной спереди). На первую четверть правая нога вытягивается вперед на *croisée* на 90° , левая остается на *demi plié*, руки поднимаются в I позицию, взгляд направлен на кисти рук. На вторую четверть — переход в позу *attitude croisée*, левая рука поднимается в III позицию, правая на II, голова поворачивается направо. На последнюю восьмую второй четверти левая нога опускается, подводится к правой в V позицию и переходит на *demi plié*, правая нога быстро сгибается (носок у колена опорной впереди),¹ левая рука опускается в I позицию, правая остается на II, фигура и голова *en face*. На третью четверть правая нога вытягивается в сторону на 90° , левая остается на *demi plié*, левая рука отводится на II позицию, правая остается на II, голова *en face*. На четвертую четверть переход на вытянутую правую ногу через II расширенную позицию, левая, вытягиваясь, поднимается на 90° в сторону, руки на II позиции, голова поворачивается налево. Для продолжения комбинации с другой ноги вперед на последнюю восьмую четвертой четверти согнуть левую ногу (носок у колена опорной ноги впереди) одновременно с *demi plié* на правой опорной ноге, фигура поворачивается левым плечом вперед (*épaulement*), руки опускаются в подготовительное положение, голова повернута налево.

***Temps lié* на 90° с туром**

Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. *Préparation*: за тактом — *demi plié* в V позиции, правая рука поднимается в I позицию, левая на II, голова поворачивается прямо. На первую четверть первого такта сделать *tour en dehors* на левой ноге, правая *sur le sou-de-pied* впереди (*tour* заканчивается подтягиванием носка к колену опорной ноги спереди). На вторую четверть — *demi plié* на левой ноге, правая вытягивается вперед на *croisé* на 90° , руки в I позиции, взгляд переводится на кисти, голова склоняется к левому

¹ Переход с правой ноги на левую, исполняемый через проходящую V позицию, и заключается в быстрой подмене одной ноги другой.

плечу. На третью четверть — переход в позу *attitude croisée*, левая рука в III позиции, правая на II, голова поворачивается направо. На четвертую — левая нога опускается в V позицию сзади на *demi plié*, правая рука идет в I позицию, левая на II (*préparation*). На первую четверть второго такта — *tour en dehors* на левой ноге, правая *sur le cou-de-pied* впереди (*tour* заканчивается *en face* с подтянутым бедром, носок у колена опорной ноги впереди). На вторую четверть — *demi plié* на левой ноге, правая вытягивается в сторону на 90°, руки раскрываются на II позицию, голова *en face*. На третью четверть переход на правую вытянутую ногу через II увеличенную позицию с передачей центра тяжести корпуса, левая нога поднимается в сторону на 90°, руки остаются на II позиции, голова поворачивается налево. На четвертую четверть левая нога закрывается в V позицию вперед (*épaulement croisé*), руки опускаются в подготовительное положение, голова повернута налево.

Дальше комбинация повторяется с левой ноги вперед, затем назад. При исполнении *temps lié* обратно *tour* делается *en dedans* с ногой *sur le cou-de-pied* сзади или с переводом *sur le cou-de-pied* спереди назад. Заканчивая *tour*, в обоих случаях следует подтянуть бедро, носок поднять под колено опорной ноги сзади.

Temps lié на 90° с туром из глубокого plié

Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На вступительные аккорды раскрыть руки через I позицию на II.

На первую и вторую четверти первого такта — глубокое *plié* в V позиции, левая рука на II позиции, правая через подготовительное положение поднимается в I позицию (*préparation*), голова поворачивается прямо. На последнюю восьмую второй четверти, поднимаясь из глубокого *plié*, — *tour en dehors*¹ на левой ноге, правая *sur le cou-de-pied* впереди (*tour* заканчивается подтягиванием бедра, носок у колена опорной ноги впереди). На третью четверть — *demi plié* на левой ноге, правая вытягивается вперед на *croisé* на 90°, руки в I позиции, взгляд переводится на кисти, голова слегка склоняется к левому плечу. На четвертую — переход в позу *attitude croisée*, левая рука в III позиции, правая на II, голова поворачивается направо. На последнюю восьмую четвертой четверти левая нога опускается в V позицию сзади (*épaulement croisé*), левая рука идет на II позицию. На первую и вторую четверти второго такта — глубокое *plié* в V позиции, левая рука остается на II позиции, пра-

¹ Описание *tours* с глубокого *plié* см.: «Вращение на полу и в воздухе».

де стое-
начивается
позицию
вая на II
отг en de-
(tout за-
лена опор-
на левой
раскрыва-
ерть пере-
о позицию
днимается
ва поворота
га закры-
ки опуска-
та налево.
вперед, за-
елается en
дом sur le
их случаях
о опорной

бокого plié

правая нога
через I по-

— глубокое
через под-
(prépara-
о восьмую
отг en de-
ди (tout за-
орной ноги
оге, правая
ции, взгля-
вому плечу.
левая рука
аправо. На
опускается
ка идет на
акта — глу-
озиции, пра-
в воздухе»



ÉPAULEMENT CROISÉE



ПОЗА ATTITUDE EFFACÉE

вая через подготовительное положение поднимается в I (préparation), голова поворачивается прямо. На последнюю восьмую второй четверти, поднимаясь из глубокого plié, сделать tour en dehors на левой ноге, правая sur le cou-de-pied впереди. На третью четверть — demi plié на левой ноге, правая вытягивается в сторону на 90°, руки раскрываются на II позицию, голова en face. На четвертую четверть перейти на правую ногу через расширенную II позицию, левая, вытягиваясь, поднимается в сторону на 90°, руки остаются на II позиции, голова поворачивается налево. На последнюю восьмую второго такта левая нога закрывается в V позицию вперед на croisé, руки удерживаются на II позиции, голова повернута налево. Отсюда комбинация продолжается с левой ноги вперед. Обратно исполняется tour en dedans, который заканчивается подтягиванием носка под колено опорной ноги.

Temps lié с туром на 90° и с туром из глубокого plié делаются на полупальцах.

Усвоив комбинацию с одним туром, можно исполнить ее с двумя турами.

VI. ПОЗЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

С позами классического танца учащиеся знакомятся уже в первом классе. Сначала изучают каждую позу отдельно, на полу, без поднимания ноги. Дальнейшее изучение идет с подниманием ноги на 90°.¹

Изучение принято начинать с позы *croisée* вперед и назад, затем *effacée* и *écartée* вперед и назад. После этого переходят к четырем *arabesques*.

Первоначальное изучение идет в медленном темпе. Музыкальный размер $\frac{2}{4}$, $\frac{4}{4}$ и $\frac{3}{4}$.

Croisée

ПОЗА CROISÉE ВПЕРЕД. Как и в понятии *croisé*, в позах *croisée* подчеркивается положение фигуры со скрещенными линиями (поворот головы как бы перекрещивает направление поворота корпуса, ноги тоже скрещены).

Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога и правое плечо впереди, голова повернута направо, руки в подготовительном положении.

Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть первого такта руки поднять в I позицию, голову склонить к левому плечу, взгляд направить на кисти рук. На вторую четверть положение сохраняется. На третью четверть правую ногу, не отрывая от пола, отвести вперед на вытянутый носок (носок работающей ноги против пятки опорной), левую руку поднять в III позицию, правую отвести на II, голову повернуть направо, взгляд следует за кистью правой руки, корпус слегка отклонить назад. Это и будет поза *croisée* вперед. На четвертую четверть положение сохраняется.

На первую четверть второго такта левая рука опускается на II позицию, правая остается на II, корпус по-прежнему откло-

¹ Позы могут исполняться и на 45° (например, *battements fondus* в позе). В этих случаях одна рука обычно раскрывается на II позицию, другая — на I полупозицию.

нен назад, правая нога на вытянутом носке. На вторую четверть положение сохраняется. На третью — руки опускаются в подготовительное положение, правая нога закрывается в V позицию вперед, корпус выпрямляется. На четвертую четверть сохраняется заключительное положение.

Затем позы исполняются на один такт $\frac{4}{4}$ (каждое положение соответствует одной четверти); в размере $\frac{2}{4}$ поза распределяется на два такта; на $\frac{3}{4}$ (вальсовая форма) каждое положение соответствует одному такту.

ПОЗА CROISÉE НАЗАД. Исходное положение такое же, как и для позы croisée вперед. Из V позиции левая нога отводится назад на вытянутый носок, левая рука через I позицию поднимается в III позицию, правая на II, голова поворачивается направо, центр тяжести прямого и подтянутого корпуса передается на опорную ногу.

Движения головы и рук как для позы croisée вперед.

Effacée

ПОЗА EFFACÉE ВПЕРЕД. В позе effacée, как и в понятии effacé, подчеркивается развернутое положение фигуры.

Встать в V позицию *épaulement effacé*, правая нога и левое плечо впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута налево. Правую ногу, не отделяя от пола, отвести вперед на вытянутый носок, левую руку через I позицию поднять в III, правую — на II. В момент, когда руки находятся на I позиции, голову повернуть прямо перед собой, взгляд направить на кисти; при открывании рук (левой в III позицию, правой на II) корпус слегка отклонить назад, голову повернуть налево, взгляд направить несколько выше локтя левой руки.

ПОЗА EFFACÉE НАЗАД. Исходное положение такое же, как и для позы effacée вперед. Из V позиции левую ногу отвести назад на вытянутый носок скользящим движением по полу, левую руку через I позицию поднять в III, правую — на II. В момент, когда руки находятся на I позиции, голова повернута прямо, при открывании рук в III и II позиции — голову повернуть налево, взгляд направить немного выше локтя левой руки, центр тяжести корпуса слегка передать вперед на опорную ногу.

Изучение следующих поз также происходит сначала на полу, затем с ногой на высоте на 90° . Распределение поз на музыкальные доли такое же, как в позах croisée и effacée.

ОСНОВНЫЕ БОЛЬШИЕ ПОЗЫ

Croisée

ПОЗА CROISÉE ВПЕРЕД. Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога и правое плечо впереди, голова повернута направо, руки в подготовительном положении.

Размер $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти первого такта из V позиции правая нога, сгибаясь, подтягивается носком до колена опорной, руки поднимаются в I позицию, голова слегка склоняется налево, взгляд направлен на кисти. На третью и четвертую четверти нога вытягивается на *croisé* вперед на 90° ,¹ левая рука поднимается в III позицию, правая отводится на II, голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки, корпус слегка отклоняется назад. На первую и вторую четверти второго такта поза *croisée* сохраняется. На третью четверть левая рука опускается на II позицию, нога остается поднятой на высоту 90° . На четвертую четверть руки одновременно опускаются в подготовительное положение, работающая нога — в V позицию, голова направо, корпус выпрямляется. Отсюда поза повторяется.

На следующем этапе обучения позы делают на один такт $\frac{4}{4}$ (каждое положение соответствует одной четверти).

ПОЗА CROISÉE НАЗАД. Исходное положение, как для предыдущей позы. Из V позиции левую ногу вынуть назад на 90° , левую руку через I позицию поднять в III, правую — на II. В момент поднимания рук в I позицию голова слегка склоняется налево, взгляд направлен на кисти. Во время поднимания левой руки в III позицию и отведения правой на II позицию голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки, корпус слегка наклоняется вперед.

Заканчивая позу в исходное положение, левую руку опустить на II позицию, корпус и правую руку оставить в предыдущем положении. Затем одновременно опустить руки в подготовительное положение, ногу поставить в V позицию, корпус выпрямить. Голова по-прежнему повернута направо.

ПОЗА ATTITUDE CROISÉE. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Из V позиции левая нога подтягивается носком под колено опорной ноги, затем в согнутом положении, чуть разгибаясь, поднимается на 90° на *croisé* назад, образуя в конечной точке тупой угол (развернутое бедро следует отводить назад как можно дальше, не опуская колена).

¹ Поднимание ноги на 90° в начале изучения поз делается посредством *relevé*, позднее — *développé*.

Правильным считается положение, когда носок находится на одной горизонтали с коленом.

Одновременно с подниманием ноги левая рука через I позицию поднимается в III, правая — на II. Голова поворачивается направо, взгляд следует за кистью правой руки, корпус с ровными плечами слегка наклоняется вперед, поясница втянута.

Effacée

ПОЗА EFFACÉE ВПЕРЕД. Встать в V позицию *épaulement effacé*, правая нога и левое плечо впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута налево.

Правая нога вынимается вперед на 90°, левая рука через I позицию раскрывается в III позицию, правая на II. В момент поднимания рук в I позицию голова поворачивается прямо, взгляд направлен на кисти. Во время раскрывания рук голова поворачивается налево, взгляд направляется немного выше локтя левой руки, корпус слегка отклоняется назад.

Заканчивая позу в исходное положение, левую руку раскрыть на II позицию, взгляд сопровождает кисть опускаемой руки, корпус и правая рука находятся в предыдущем положении. Затем одновременно руки опускаются в подготовительное положение, а нога в V позицию, голова остается повернутой налево, корпус выпрямляется.

ПОЗА EFFACÉE НАЗАД. Исходное положение, как и для предыдущей позы. Из V позиции левую ногу вынуть назад на 90°, левую руку через I позицию поднять в III позицию, правую — на II. В момент поднимания рук в I позицию голову повернуть прямо, взгляд направить на кисти. Во время открывания рук голову повернуть налево, взгляд направить немного выше локтя левой руки, корпус со втянутой поясницей слегка наклонить вперед.

Заканчивая позу в исходное положение, раскрыть левую руку на II позицию, взгляд должен сопровождать кисть опускаемой руки, корпус и правая рука находятся в прежнем положении. Затем одновременно руки опустить в подготовительное положение, ногу в V позицию, голову оставить повернутой налево, корпус выпрямить.

ПОЗА ATTITUDE EFFACÉE. Из V позиции левая нога подтягивается носком под колено опорной и в согнутом положении, чуть разгибаясь, поднимается на 90° на *effacé* назад, образуя в конечной точке более тупой угол, чем в *attitude croisée*; бедро работающей ноги оттянуто назад, носок и колено находятся на одной горизонтали. Одновременно левая рука

через I позицию поднимается в III, правая — на II, голова поворачивается прямо, взгляд направлен на кисти. Во время открывания рук голова поворачивается налево, взгляд направляется несколько выше локтя левой руки, корпус со втянутой поясницей и ровными плечами слегка наклоняется вперед.

Заканчивая позу, левую руку опустить на II позицию, голова налево, взгляд переводится на кисть опускаемой руки, работающая нога вытягивается назад на 90° в направлении effacé. Затем руки опускаются в подготовительное положение, нога в V позицию, голова повернута налево, корпус выпрямляется.

Ecartée

ПОЗА ÉCARTÉE ВПЕРЕД. Встать в V позицию épaulement croisé, правая нога и правое плечо впереди, голова повернута направо, руки в подготовительном положении. Фигура расположена как бы по диагонали к зрителю.

Правую ногу вынуть в сторону на 90° в точку 2 плана класса, одновременно правую руку через I позицию поднять в III позицию, левую на II. В момент поднимания рук в I позицию голову слегка склонить налево, взгляд направить на кисти. Во время открывания рук голову повернуть направо, взгляд направить выше локтя правой руки, корпус отклонить в сторону от поднятой ноги, сохраняя развернутое по диагонали положение фигуры (исходное положение épaulement croisé усиливается).

В результате отклонения корпуса плечи принимают наклонное положение (правое плечо выше левого), но опущены и независимо от наклона находятся на одном уровне. Левая рука в соответствии с наклоном корпуса опущена, но сохраняет II позицию, правая на III позиции (впереди головы).

В позе écartée опорную ногу следует держать выворотной, бедро работающей ноги предельно развернуто, подтянуто к боку. Заканчивая позу в исходное положение, следует правую руку опустить на II позицию и одновременно с левой рукой, оставшейся на II, повернуть кисти ладонями вниз. Руки образуют одну прямую линию, корпус остается отклоненным. Во время опускания правой руки взгляд переводится на кисть и следует за ее движением до II позиции. Затем одновременно руки опускаются в подготовительное положение, нога в V позицию вперед, корпус выпрямляется, голова повернута направо.

ПОЗА ÉCARTÉE НАЗАД. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Правая нога вынимается в сторону на 90° в точку 4 плана класса; правая рука — в III позиции, левая на II. В момент вынимания ноги и открывания рук вся фигура поворачивается по диагонали из точки 8 в точку 4.

В позе *écartée* назад то же, что и в позе *écartée* вперед, отклонение корпуса, положение рук и плеч; разница заключается в небольшом перегибе корпуса назад, голова повернута в сторону руки, находящейся на II позиции, взгляд направлен на кисть.

При возвращении в исходное положение, в момент опускания правой руки из III позиции на II голова повернута налево. Затем одновременно руки опускаются в подготовительное положение, нога в V позицию назад, корпус выпрямляется.

Arabesques

I ARABESQUE. Встать к зрителю левым плечом (фигура повернута в профиль), ноги поставить в невыворотную V позицию,¹ правая нога вперед, голова повернута налево, руки в подготовительном положении. Левая нога вынимается назад на 90°, одновременно руки поднимаются в I позицию, голова поворачивается прямо, взгляд направлен на кисти. Затем правая рука вытягивается вперед так, чтобы кисть была против правого плеча и на его уровне, левая отводится в сторону и тоже вытягивается (кисть против левого плеча и на его уровне); ладони постепенно поворачиваются вниз, пальцы вытягиваются. Корпус слегка наклоняется вперед, спина и бедро работающей ноги подтянуты.

При изучении I arabesque следует обратить внимание на положение корпуса и плеч, которые должны быть равными. Ни в коем случае нельзя допускать разворота корпуса к зрителю и отведения левого плеча назад: поза получится растянутой, спина утратит выгиб, собранность и красоту линии. Нельзя также наклонять корпус вперед и отклонять его в сторону.

II ARABESQUE. Исходное положение, как и в I arabesque. Из V позиции левая нога вынимается назад на 90°, руки поднимаются в I позицию, голова поворачивается прямо. Затем левая рука вытягивается вперед по правилам arabesque, правая через II позицию отводится назад и продолжает линию плеч, ладони поворачиваются вниз, голова налево, корпус слегка наклоняется вперед. Спина закреплена в пояснице, бедро работающей ноги подтянуто.

III ARABESQUE. Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога и правое плечо вперед, голова повернута направо, руки в подготовительном положении.

¹ В I и во II arabesque для опорной ноги достаточно полувыворотное положение.

Левая нога вынимается на croisé назад на 90°, одновременно руки поднимаются в I позицию, голова поворачивается прямо. Затем левая рука вытягивается вперед (кисть против плеча и на его уровне), взгляд направлен на кончики пальцев. Правая рука вытягивается и отводится в сторону, ладони поворачиваются вниз, пальцы вытягиваются, корпус слегка наклоняется вперед (но не в сторону). Спина закреплена в пояснице, бедро работающей ноги подтянуто.

IV ARABESQUE. Подготовительное положение, как и в предыдущей позе. Из V позиции левая нога вынимается на croisé назад на 90°; одновременно руки поднимаются в I позицию, голова поворачивается прямо. Затем правая рука вытягивается вперед, левая через II позицию отводится вместе с плечом назад, корпус сильно разворачивается спиной к зрителю (больше чем во II arabesque). В завершении поворота корпуса сильно подтягивается левое бедро и бок. Руки на одной прямой с плечами, ладони повернуты вниз, пальцы вытянуты. Голова поворачивается направо и слегка отклоняется назад в соответствии с поворотом плеч и корпуса. Взгляд направлен к зрителю.

В IV arabesque корпус не наклоняется вперед, держится высоко, плечи остаются ровными.¹

Развернутое бедро работающей ноги сильно подтягивается к боку.

Общие замечания. Все позы заканчиваются возвращением в исходное положение. Руки опускаются в подготовительное положение (при возвращении в подготовительное положение из поз arabesques руки сохраняют линию, принятую для arabesques, и закругляются только внизу).

Основой для всех поз является правильная постановка рук, корпуса, головы. Особенно серьезное внимание следует обращать на подтянутость поясницы и бедра работающей ноги. Чаще всего нарушения формы наблюдаются в I и IV arabesques, поэтому изучать их надо наиболее тщательно.

Соблюдение правильной формы в позах важно не только для самих поз, но и для успешного исполнения туров и прыжков в больших позах.

Указанные положения рук, корпуса и головы в позах являются основными. При первоначальном изучении следует строго придерживаться этих положений. В дальнейшем возможны комбинации положения рук и головы при постоянном, присутствующем данной позе, положении корпуса,² которое является определяющим, так как от него зависят положения рук и головы.

¹ В IV arabesque линия рук смягчена, локти слегка опущены.

² Исключение составляет поза croisée вперед, где корпус, прямой и подтянутый, может быть наклонен вперед.

VII. СВЯЗУЮЩИЕ И ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Pas de bourrée

Все pas de bourrée являются различного вида танцевальными шагами, которые применяются в экзерсисе на середине зала, в adagio и прыжках как связующие и вспомогательные движения для передвижения в любом направлении.

Pas de bourrée бывают с переменной ног и без перемены, исполняются без поворота и с поворотом, с открыванием ноги на высоту 45° и без открывания и т. д.

Разучивание pas de bourrée начинается у палки, затем продолжается на середине зала.

Сначала исполняется в медленном темпе, позже темп ускоряется. В дальнейшем pas de bourrée, включенные в комбинации, исполняются в темпе данной комбинации.

В младших классах pas de bourrée делают четко. В средних и старших такие pas de bourrée остаются только в экзерсисе на середине и в adagio; в прыжках они уже исполняются иначе: ноги не поднимаются четко sur le cou-de-pied, а переступание с ноги на ногу идет мягкими, свободными шагами, с небольшим отделением носков от пола, с подъемом на невысокие подушечки, что дает слитный легкий переход от одного прыжка к другому. Pas de bourrée с энергичным подниманием ног нарушило бы слитность переходов в прыжках (тем более в быстром темпе).

Когда четкие pas de bourrée применяются в adagio и в экзерсисе на середине зала в спокойном темпе, они не нарушают слитность переходов от позы к позе, от движения к движению.

Музыкальный размер $\frac{4}{4}$, $\frac{2}{4}$ и $\frac{3}{4}$.

PAS DE BOURRÉE С ПЕРЕМЕНОЙ НОГ (лицом к палке). Встать в V позицию, правая нога впереди, руки положить на палку (кисти против плеч), локти свободно опустить вниз, голова и корпус прямо.

Размер $\frac{4}{4}$. За тактом — demi plié на правой ноге, левую одновременно поднять sur le cou-de-pied сзади. На первую

четверть первого такта встать на левую ногу на полупальцы, правую поднять *sur le cou-de-pied* впереди.¹ На вторую четверть переступить на правую ногу на полупальцы, слегка отведя ее в сторону на расстояние маленького шага (совсем незначительного, переступив почти на месте)². Левая нога поднимается *sur le cou-de-pied* впереди. Центр тяжести корпуса передается на правую ногу. При переходе с ноги на ногу руки в соответствии с перемещением корпуса передвигаются по палке, не отделяясь от нее, кисти снова устанавливаются против плеч. На третью четверть опуститься на левую ногу на *demi plié*, правую поднять *sur le cou-de-pied* сзади. На четвертую положение сохраняется. На первую четверть второго такта встать на правую ногу на полупальцы, левую поднять *sur le cou-de-pied* впереди. На вторую четверть переступить на левую ногу на полупальцы, отведя ее чуть в сторону, правая нога идет *sur le cou-de-pied* впереди. На третью четверть опуститься на правой ноге на *demi plié*, левая *sur le cou-de-pied* сзади. На четвертую положение сохраняется и т. д.

После необходимого количества повторений *pas de bourrée* заканчивают в V позицию на *demi plié*.

Это *pas de bourrée* выполняется и в обратном направлении. Встать в V позицию, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié* на левой ноге, правую поднять *sur le cou-de-pied* впереди. Встать на правую ногу на полупальцы, подняв левую *sur le cou-de-pied* сзади. Переступить на левую ногу на полупальцы, слегка отведя ее в сторону, правая *sur le cou-de-pied* сзади. Опустить на правой ноге на *demi plié*, левую поднять *sur le cou-de-pied* впереди.

PAS DE BOURRÉE С ПЕРЕМЕНОЙ НОГ (на середине зала). Встать в V позицию, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо.³

Размер $\frac{3}{4}$. За тактом — *demi plié* на правой ноге, одновременно левую поднять *sur le cou-de-pied* сзади, руки раскрыть на II полупозицию, корпус прямой, подтянутый. На первую

¹ В *pas de bourrée* применяется условное положение *sur le cou-de-pied* впереди.

² Такой шаг сохраняется во всех видах *pas de bourrée* с переменой и без перемены ног, за исключением *pas de bourrée en tournant*.

³ *Pas de bourrée* с переменой ног можно начать и из позы *croisée* назад: встать на правую ногу, левая сзади на вытянутом носке, руки в подготовительном положении, голова повернута направо. За тактом — *demi plié* на правой ноге, левая подводится *sur le cou-de-pied* сзади, руки раскрыты на II полупозицию. Затем встать на левую ногу на полупальцы, повернуть фигуру *en face* и т. д. В обратном направлении *pas de bourrée* выполняется из позы *croisée* вперед.

четверть первого такта встать на левую ногу на полупальцы, фигуру повернуть en face, голову прямо, руки опустить в подготовительное положение. На вторую четверть переступить на правую ногу на полупальцы, слегка отведя ногу в сторону, левая sur le cou-de-pied впереди. На третью четверть опуститься на левую ногу на demi plié на croisé (левое плечо впереди), правая sur le cou-de-pied сзади, голову повернуть налево, руки раскрыть на II полупозицию. Отсюда pas de bourrée продолжается в другую сторону.¹

После необходимого количества повторений заканчивается в V позицию épaulement croisé на demi plié.² Так же исполняется в обратном направлении.

PAS DE BOURRÉE БЕЗ ПЕРЕМЕНЫ НОГ НА CROISÉE ВПЕРЕД И НАЗАД. Встать в V позицию épaulement croisé, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо. За тактом — demi plié на правой ноге, левая подводится sur le cou-de-pied сзади, руки раскрываются на II полупозицию. Затем встать на левую ногу на полупальцы, голову повернуть прямо, руки опустить в подготовительное положение. Переступить на правую ногу на полупальцы, отведя ногу вперед в направлении croisé на маленький шаг, левая нога поднимается sur le cou-de-pied сзади. Опустить на левую ногу на demi plié, правая через проходящее sur le cou-de-pied спереди мягко вынимается на croisée вперед на 45°, левая рука поднимается на I, правая на II позицию, голова поворачивается направо, корпус слегка отклоняется назад.

Отсюда pas de bourrée исполняется в обратном направлении. Для этого встать на правую ногу на полупальцы, подводя ее, не сгибая, к левой спереди. Левая поднимается sur le cou-de-pied сзади, руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается прямо, корпус выпрямляется. Переступить на левую ногу, отведя ее в направлении croisé назад на маленький шаг, правая поднимается sur le cou-de-pied спереди. Опустить на правую на demi plié, левая через проходящее sur le cou-de-pied сзади вынимается на croisé назад на 45°, правая рука поднимается в I позицию, левая на II, голова

¹ Руки могут быть и в другом положении: например, одна в I позиции (противоположная поднятой ноге), другая на II позиции. Далее они закрываются в подготовительное положение. В конце pas de bourrée опять раскрываются: одна в I позицию (противоположная поднятой ноге), другая на II позицию.

² Другие виды pas de bourrée с переменой ног и без перемены, с открыванием ноги вперед, назад или в сторону на 45°, а также в маленькие позы croisée, effacée и écartée на 45° заканчивают в данной позе или просто открыванием ноги в направлении вперед, назад, в сторону. Затем работающая нога на заключительные аккорды закрывается в V позицию.

поворачивается направо, корпус, подтянутый в пояснице, наклоняется вперед. То же самое повторяется с другой ноги.

Точно так же исполняются *pas de bourrée* в позы *effacée* и *écartée* вперед и назад.

PAS DE BOURRÉE БЕЗ ПЕРЕМЕНЫ НОГ В СТОРОНУ С ОТКРЫВАНИЕМ НОГИ НА 45°. Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо. За тактом — *demi plié* на правой ноге, левую поднять *sur le cou-de-pied* сзади, руки раскрыть на II полупозицию. Затем встать на левую ногу на полупальцы, повернуть фигуру *en face*. Правая нога поднимается *sur le cou-de-pied* впереди, руки опускаются в подготовительное положение. Переступить на правую ногу на полупальцы, отведя ее в сторону на маленький шаг, левая *sur le cou-de-pied* сзади. Опустить на левую ногу на *demi plié*, правая через проходящее *sur le cou-de-pied* спереди мягко вынимается в сторону на 45°, корпус отклоняется налево (в противоположную от поднятой ноги сторону), голова повернута налево, руки раскрываются на II полупозицию.

Отсюда *pas de bourrée* продолжают в другую сторону. Для этого встать на правую ногу на полупальцы, подведя ее к левой спереди, левая поднимается *sur le cou-de-pied* сзади, корпус выпрямляется, голова поворачивается прямо, руки опускаются в подготовительное положение. Переступить на левую ногу на полупальцы, отведя ее в сторону на маленький шаг, правая *sur le cou-de-pied* впереди. Опустить на правую ногу на *demi plié*, левая через проходящее *sur le cou-de-pied* сзади вынимается в сторону на 45°, корпус отклоняется в сторону от поднятой ноги, голова поворачивается направо, руки раскрываются на II полупозицию.

PAS DE BOURRÉE DESSUS-DESSOUS С ПЕРЕМЕНОЙ НОГ. В переводе *dessus* означает «над», *dessous* — «под». В *pas de bourrée* понятие *dessus-dessous* обозначает направление, куда подводится нога для подмены: если нога подведена к опорной спереди — это *dessus*, если сзади — *dessous*.

Dessus. Встать в V позицию *épaulement croisée*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом сделать *demi plié* на правой ноге, одновременно левую через проходящее *sur le cou-de-pied* сзади мягко вынуть на II позицию на 45°, руки раскрыть на II полупозицию, голову повернуть налево. Затем встать на левую ногу на полупальцы (для этого подвести ее, не сгибая, к правой ноге спереди), правую поднять *sur le cou-de-pied* сзади, голову повернуть прямо, руки опустить в подготовительное положение. Переступить на правую ногу на полупальцы, отведя ее в сторону на маленький шаг, ле-

вую поднять *sur le cou-de-pied* сзади. Опуститься на левую ногу на *demi plié*, правая через проходящее *sur le cou-de-pied* спереди вынимается в сторону на 45° . Голову повернуть налево, руки раскрыть на II полупозицию.

Dessous. Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом — *demi plié* на левой ноге, правую через проходящее *sur le cou-de-pied* вынуть в сторону на 45° , руки раскрыть на II полупозицию, голову повернуть налево. Затем встать на правую ногу на полупальцы (для этого подвести ее, не сгибая, к левой сзади), левую поднять *sur le cou-de-pied* впереди, голову повернуть прямо, руки опустить в подготовительное положение. Переступить на левую ногу, отведя ее в сторону на маленький шаг, правая поднимается *sur le cou-de-pied* впереди. Опуститься на правую ногу на *demi plié*, левая через проходящее *sur le cou-de-pied* сзади вынимается в сторону на 45° , голова поворачивается налево, руки раскрываются на II полупозицию.

Pas de bourrée dessus и *dessous* обычно исполняются вместе.

Все перечисленные виды *pas de bourrée*, начиная с четвертого класса, исполняются не только *en face*, но и *en tournant*. При исполнении *pas de bourrée en tournant* общими правилами являются следующие.

Подмена ног происходит на месте; ноги для подмены ставятся близко одна перед другой спереди или сзади; поворот делается вокруг своей вертикальной оси.

При повороте не следует вертеться на опорной ноге, надо вставать на ногу одновременно с поворотом корпуса.

PAS DE BOURRÉE EN TOURNANT EN DEHORS С ПЕРЕМЕНОЙ НОГ. Встать в V позицию *épaulement croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута направо. За тактом сделать *demi plié* на правой ноге, левую поднять *sur le cou-de-pied* сзади, руки раскрыты на II полупозицию. Встать на левую ногу на полупальцы и одновременно повернуться налево на полкруга (фигура располагается спиной к зрителю, по диагонали, правым плечом в точку 8 плана класса). Правая нога поднимается в положение *sur le cou-de-pied* впереди. Подтянутый корпус слегка перегибается назад в верхней части. Руки быстро поднимаются в невысокую I позицию, что дает устойчивость при перегибе корпуса. Голова при первой половине поворота повернута в сторону зеркала, затем поворачивается направо. Дальше, переступая на полупальцы левой ноги, повернуться в том же направлении к зеркалу; левая нога идет *sur le cou-de-pied* впереди; корпус выпрямляется, голова поворачивается к зеркалу. Опуститься на левую ногу на *demi plié* (правая в положении *sur le cou-de-pied*

сзади), руки раскрываются на II полупозицию, голова поворачивается налево.

Во всех видах *pas de bourrée en tournant* необходимо дольше удерживать взгляд в зеркало и возвращать его в ту же точку в заключении поворота. Голову не следует откидывать назад или отклонять к плечу. Положение головы при повороте вертикальное.

PAS DE BOURRÉE EN TOURNANT EN DEDANS С ПЕРЕМЕНОЙ НОГ. Встать в V позицию *épaulement croisé*, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута налево.

За тактом сделать *demi plié* на правой ноге, левую поднять *sur le cou-de-pied* впереди, руки раскрыть на II полупозицию. Встать на левую ногу на полупальцы, одновременно повернуться направо на полтура (фигура располагается спиной к зрителю), правую ногу поднять *sur le cou-de-pied* сзади, корпус слегка перегнуть назад в верхней части от плеч, руки через подготовительное положение поднять в невысокую I позицию. Затем переступить на правую ногу на полупальцы и, выпрямив корпус, повернуться на полповорота в том же направлении. Левая нога идет *sur le cou-de-pied* сзади. Опуститься на левую ногу на *demi plié*, правая *sur le cou-de-pied* впереди, руки раскрыть на II полупозицию. Движения головы аналогичны *pas de bourrée en tournant en dehors*.

PAS DE BOURRÉE EN TOURNANT БЕЗ ПЕРЕМЕНЫ НОГ, С ОТКРЫВАНИЕМ НОГИ ВПЕРЕД И НАЗАД.

En dehors. Встать в V позицию, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом сделать *demi plié* на правой ноге, левую поднять *sur le cou-de-pied* сзади, руки раскрыть на II полупозицию. Встать на левую ногу на полупальцы, одновременно повернуться направо на полтура, правая нога *sur le cou-de-pied* спереди, руки опустить в подготовительное положение. Переступая на правую ногу на полупальцы, повернуться еще на полтура в том же направлении, левая нога *sur le cou-de-pied* сзади. Опуститься на левую ногу на *demi plié*, правую, через проходящее *sur le cou-de-pied* впереди, вынуть вперед на 45°, руки раскрыть на II полупозицию, подтянутый корпус слегка отклонить назад, голова прямо.

En dedans выполняется как продолжение *pas de bourrée en tournant en dehors*. Встать на правую ногу на полупальцы (для этого подвести ее, не сгибая, к левой спереди), повернуться направо на полтура, левую ногу поднять *sur le cou-de-pied* сзади, руки опустить в подготовительное положение, корпус выпрямить. Переступить на левую ногу на полупальцы с поворотом еще на полтура в том же направлении, правая нога *sur le cou-*

de-pied впереди. Опуститься на правую ногу на *demi plié*, левую через проходящее *sur le cou-de-pied* сзади вынуть назад на 45° , руки раскрыть на II полупозицию, подтянутый корпус слегка наклонить вперед.

Это *pas de bourrée* можно закончить в маленькие позы *croisée* (при окончании *en dehors* открыть правую ногу на *croisé* вперед; при окончании *en dedans* открыть левую на *croisé* назад).

Точно так же заканчивается *pas de bourrée en tournant* в маленькие позы *effacée* и *écartée*.

Effacée en dehors заканчивается в маленькую позу *effacée* вперед; *en dedans* — *effacée* назад.

Ecartée en dehors — в позу *écartée* назад, *en dedans* — в позу *écartée* вперед.

Положение корпуса, рук и головы соответствует маленьким позам *croisée*, *effacée* и *écartée*.

PAS DE BOURRÉE DESSUS-DESSOUS EN TOURNANT С ПЕРЕМЕНОЮ НОГ. *Dessus. En dehors.* Встать в V позицию, руки в подготовительном положении. За тактом сделать *demi plié* на правой ноге, левую через проходящее *sur le cou-de-pied* сзади вынуть в сторону на 45° , руки раскрыть на II полупозицию (ладони обращены вниз, руки вытянуты), голову повернуть налево. Встать на левую ногу на полупальцы (для этого подвести ее, не сгибая, к правой спереди). Одновременно повернуться направо на полтура, правую ногу поднять *sur le cou-de-pied* сзади, голову повернуть налево к зеркалу, руки опустить в подготовительное положение. Переступить на правую ногу с поворотом на полтура в том же направлении к зеркалу, левую ногу поднять *sur le cou-de-pied* сзади, голову при окончании поворота повернуть в исходную точку к зеркалу. Опуститься на левую ногу на *demi plié*, правую через проходящее *sur le cou-de-pied* спереди вынуть в сторону на 45° , руки раскрыть на II полупозицию, корпус слегка отклонить от поднятой ноги, голову повернуть налево.

Dessous. En dedans. Можно исполнять как продолжение *pas de bourrée dessus en dehors*. Встать на правую ногу на полупальцы (для этого подвести ее к левой сзади). Одновременно повернуться направо на полтура, левую ногу поднять *sur le cou-de-pied* впереди, голову повернуть налево к зеркалу, руки опустить в подготовительное положение. Переступить на левую ногу с поворотом еще на полтура в том же направлении к зеркалу, правую ногу поднять *sur le cou-de-pied* впереди, голову повернуть в исходную точку. Опуститься на правую ногу на *demi plié*, левую через проходящее положение *sur le cou-de-pied* сзади вынуть в сторону на 45° , руки раскрыть на II полупозицию (ладони вниз, руки вытянуты), голову повернуть налево.

Pas cougu

Pas cougu представляет собой бег во всех направлениях. В классическом танце применяется как вспомогательное движение перед прыжками, как связующее движение при перемене направления рисунка танца и для объединения различных частей танцевальной фразы. Кроме того, pas cougu называют вообще бег на пальцах в невыворотной I позиции.

Pas cougu самостоятельно не изучается. Исполняется впервые в комбинации со сценическими *sissonnes* в позах *arabesques* на 45° , варьируемых в различных направлениях (третий класс). Позже применяется значительно шире.

Pas cougu как разбег перед прыжком состоит не менее чем из трех шагов. Исполняется из V позиции *croisé* или из позы *croisée* вперед и назад на полу, с высоты 45° и 90° . Из положения *sur le cou-de-pied* pas cougu чаще делается после прыжка. Через V и II позиции pas cougu делается лишь при движении фигуры боком, при этом ноги сохраняют полную выворотность.

Во всех случаях pas cougu предшествует *demi plié*. При исполнении из позы *croisée* назад надо сделать *demi plié* на ноге, стоящей впереди. При исполнении из позы *croisée* вперед *demi plié* также делается на ноге, стоящей впереди, с передачей на нее центра тяжести корпуса.

Coupe

Само название движения (от франц. *couper* — резать, подрезать) как бы говорит о быстром, резком его характере. Coupe — это быстрая подмена одной ноги другой, служащая толчком для прыжка или другого движения. Самостоятельного значения coupe не имеет. Исполняется за тактом, в такте между четвертями и в промежутках между тактами.

Coupe может быть двух видов: без продвижения и с продвижением в любом направлении.

COUPÉ БЕЗ ПРОДВИЖЕНИЯ. Работающая нога поднята *sur le cou-de-pied*, на высоту 45° или 90° в любом положении, позе или направлении. Затем она подводится к опорной коротким движением, как бы подбивая опорную ногу, и ставится с носка на всю ступню, подменяя опорную спереди или сзади.

Переход с ноги на ногу в прыжках посредством coupe происходит через проходящую V позицию на *demi plié*, в непрыжковых движениях в экзерсисе у палки и на середине зала на *demi plié* — с переходом на целую ступню или полупальцы на вытянутую ногу.

COUPÉ С ПРОДВИЖЕНИЕМ (ШАГ-COUPÉ). Исполняется через проходящую IV позицию в любом направлении. Может начинаться из поз *croisée, effacée, écartée* вперед и назад,¹ с ногой, открытой на 45° и на 90°, из положения *sur le cou-de-pied* и из V позиции. Работающая нога делает шаг вперед, ставится в IV позицию с вытянутого носка на всю ступню, делает *demi plié* и тут же сильно, коротким движением отталкивается от пола. Другая нога тут же выбрасывается большим *battement* вперед. В прыжке принимается требуемая поза. Одновременно с движением работающей ноги, идущей в IV позицию вперед, центр тяжести передается на эту ногу и корпус наклоняется вперед, поясница подтянута.

Шаг

В классическом танце шаг также применяется как вспомогательное или связующее движение при перемене поз с переходом с одной ноги на другую.

Шаг можно начинать вытянутой или согнутой ногой, поднимая ее до положения *sur le cou-de-pied*, на высоту 45° или 90°.

Чаще всего шагу предшествует *demi plié* на опорной ноге. При шаге нога ставится с вытянутого носка на пятку. Шаг можно сделать сразу на полупальцы.

Существует шаг-*tombé* (падающий). Переходя на другую ногу при помощи шага-*tombé* в *demi plié*, корпус следует оставлять прямым и подтянутым. С шага-*tombé* с высоты 45° и 90° исполняются прыжки, *pirouettes* с ногой *sur le cou-de-pied* и туры в больших позах *en dehors* и *en dedans*.

Flic-flac

Flic-flac — связующее движение, которое заключается в энергичном захлестывающем броске работающей ноги по V позиции вперед и сзади или сзади и вперед у опорной и возвращении ее в исходное положение.

Разучивание **flic-flac** начинается у палки и на середине зала из II позиции на 45° отдельно в два темпа, затем в один темп *en dehors* и *en dedans*. Позже **flic-flac** исполняется *en tournant en dehors* и *en dedans* у палки и на середине зала.

Законченная форма исполняется быстро, связно, в один темп, из различных поз и положений.² Акцент движения

¹ Если в позе обе ноги на полу, то перед *coupé* работающая нога слегка приподнимается и подводится к опорной для подмены с воздуха.

² Не исполняется только из положения *sur le cou-de-pied*, так как для начала **flic-flac** необходимо отвести ногу в каком-нибудь направлении. Заканчиваться может и в положении *sur le cou-de-pied*.

приходится на открывание работающей ноги в любом направлении и на любую высоту.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation: правая рука через I позицию проводится на II, одновременно работающая нога из V позиции поднимается на 45° в сторону II позиции. За тактом работающая нога быстро опускается на пол в сторону II позиции на вытянутый носок. Затем сгибается в колене и скользящими полупальцами проходит через V позицию сзади, доходит до носка опорной ноги и отделяется от пола на небольшую высоту, пальцы вытягиваются. На первую восьмую первого такта та же нога на уровне *sur le cou-de-pied* сзади вытягивается и отбрасывается в сторону II позиции на 45° . На вторую и третью восьмые положение сохраняется. На четвертую восьмую нога опять быстро опускается к опорной, проходя на этот раз через V позицию спереди (правила броска те же, что и в первом случае). На первую восьмую второго такта нога на уровне *sur le cou-de-pied* спереди вытягивается и отбрасывается на II позицию. На вторую, третью и четвертую восьмые положение сохраняется.¹

En dedans упражнение повторяется с обратным чередованием броска ноги спереди опорной и сзади.

На нескольких занятиях *flic-flac* изучается без подъема на полупальцы.

Затем на первом движении, при броске работающей ноги к опорной и отведении ее в сторону II позиции на 45° , опорная остается на всей ступне. На втором движении, после броска ноги к опорной, в момент отведения ее в сторону II позиции на 45° , надо подняться на полупальцы.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом работающая нога со II позиции с высоты 45° резко опускается к опорной сзади и отводится в сторону II позиции, при этом разгибается не полностью, а на половину расстояния до II позиции. Затем скользящими полупальцами быстро проходит впереди опорной. На первую восьмую первого такта работающая нога отбрасывается в сторону II позиции на 45° , одновременно опорная поднимается на полупальцы. На вторую и третью восьмые положение сохраняется. На четвертую восьмую нога резко опускается к опорной сзади, опорная ставится на всю ступню. Далее работающая нога отводится в сторону II позиции на половину расстояния и резко подводится к опорной спереди. На первую восьмую второго такта нога отбрасывается в сторону II позиции на 45° , опорная поднимается на полупальцы и т. д.

¹ Так же исполняется бросок ноги назад и вперед и при *flic-flac en dehors en tournant*.

Таким образом, бросок работающей ноги к опорной сзади, отведение в сторону II позиции, бросок к опорной спереди и отбрасывание в сторону II позиции на 45° происходит на протяжении одной четверти, в один темп.

По мере усвоения *flic-flac* упражнение дополняется движениями рук (при исполнении у палки — одной, на середине — обеих) как подготовка к *flic-flac en tournant*, где руки берут форс при повороте корпуса.

Вместе с броском работающей ноги к опорной правая рука (или обе) со II позиции опускается в подготовительное положение и в момент откидывания ноги в сторону II позиции на 45° через I позицию отводится на II (левая остается на палке).

FLIC-FLAC EN TOURNANT (НА ПОЛПОВОРОТА). Изучение *flic-flac en tournant* у палки начинается с полуповорота. Ногой, вытянутой вперед на 45°, с поворотом *en dedans*, вытянутой сзади на 45° — с поворотом *en dehors* и в сторону II позиции на 45° — *en dehors* и *en dedans*.

En dedans. Работающая правая нога из исходного положения вперед на 45° резко опускается к носку опорной ноги, проскальзывает полупальцами по полу и отделяется от пола на небольшую высоту (пальцы вытягиваются). Затем корпус поворачивается на полповорота *en dedans* на полупальцах опорной ноги. Одновременно работающая нога, оставаясь согнутой, проскальзывает полупальцами по полу от носка опорной ноги, переходит на *cou-de-pied* назад и вытягивается назад на 45°. Во время поворота руки соединяются внизу. В заключении правая рука переходит на палку, левая раскрывается на II позицию.

En dehors. Работающая правая нога из положения сзади на 45° резко опускается к носку опорной, проскальзывает полупальцами по полу и отделяется от пола на небольшую высоту (пальцы вытянуты). Затем корпус поворачивается на полповорота *en dehors* на полупальцах опорной ноги. Одновременно работающая в согнутом положении проскальзывает полупальцами по полу от носка опорной, переходит в условное *sur le cou-de-pied* впереди и отбрасывается вперед на 45°. Руки, как и в *en dedans*, соединяются внизу, затем правая рука переходит на палку, левая раскрывается на II позицию.

Из II позиции 45° *flic-flac* на полповорота *en dehors* исполняется следующим образом: правая нога резко опускается к опорной через V позицию сзади (носком к носку), проскальзывает полупальцами по полу и отделяется от пола. Затем корпус поворачивается на полповорота *en dehors* на полупальцах опорной ноги.

Одновременно с поворотом корпуса работающая нога, оставаясь в согнутом положении, проскальзывает полупальцами

по полу от носка опорной и через условное *sur le cou-de-pied* спереди отбрасывается вперед на 45° . Положение рук соответствует предыдущим примерам.

Для исполнения *en dedans* из II позиции 45° на полповорота работающая нога резко опускается к носку опорной спереди, затем корпус поворачивается на полповорота *en dedans* на полупальцах опорной ноги, одновременно работающая нога проскальзывает полупальцами по полу от носка опорной и через *sur le cou-de-pied* сзади отбрасывается назад на 45° .

Из II позиции 45° движения можно скомбинировать следующим образом: сделать правой ногой *flic-flac* на полповорота *en dedans*, отбросив ногу назад на 45° , и этой же ногой исполнить *flic-flac en dehors* с откидыванием ее в сторону II позиции на 45° . Затем исполнить *flic-flac* на полповорота *en dehors*, откинув ногу вперед на 45° , и этой же ногой на полповорота *en dedans* с отбрасыванием ноги в сторону II позиции на 45° и т. д.

Для того чтобы расширить комбинационные возможности, состоящие из полуповоротов *en dehors* и *en dedans*, можно исполнить некоторые движения как промежуточные.

Например, *coupé* и *battements fondus* для переходов с одной ноги на другую через V позицию или отведение вытянутой работающей ноги на $\frac{1}{4}$ и на $\frac{1}{2}$ круга на высоте 45° и т. п.

Flic-flac на полповорота делается связно в один темп на протяжении одной четверти и начинается за тактом.

FLIC-FLAC EN TOURNANT (ПОЛНЫЙ ПОВОРОТ). *En dehors.* Работающая нога из исходного положения (II позиция на 45°) резко опускается сзади опорной через V позицию (носок к носку), проскальзывает полупальцами по полу и отделяется от пола. Затем корпус поворачивается на полный поворот *en dehors* на полупальцах опорной ноги. Одновременно с поворотом корпуса работающая нога, оставаясь согнутой, проскальзывает полупальцами по полу от носка опорной и через условное *sur le cou-de-pied* спереди отбрасывается в сторону II позиции на 45° . При повороте корпуса руки берут форс, проходя через подготовительное положение, и через I позицию открываются на II.

При повороте *en dehors* особенно активно должна действовать рука, противоположная работающей ноге. Опорная нога, перед тем как подняться на полупальцы, отталкивается от пола пяткой и дает направление повороту. Голова в момент поворота остается повернутой в исходную точку и возвращается в ту же точку в конце поворота.

En dedans исполняется в обратном направлении.

Flic-flac с полным поворотом исполняется связно, в один темп, на протяжении одной четверти с затактовым началом.

Исполняя *flic-flac en tournant*, надо тщательно следить за

развернутым бедром работающей ноги, особенно в момент второго броска, который делается с поворотом корпуса. Недопустимо после первого броска удерживать носок на полу и отталкиваться им для поворота. Недопустимо также на первом броске подниматься на полупальцы. После первого и второго броска нога поднимается не задерживаясь.¹

В *en dehors* и *en dedans «flic»* всегда делается на всей ступне, «*flac*» — на полупальцах.

Passé

Passé — это проходящее движение, которое является связующим при переводе ноги из одного положения в другое, из одной позы в другую.

Passé может быть исполнено через I позицию на полу, а также на высоте 45° и 90° в любом направлении. Оно делается и в прыжке.

Приведем несколько примеров.

1. Сделать с правой ноги *battement fondu* вперед на 45°. Затем, переходя в *demi plié*, правую ногу провести через I позицию назад на 45°. (После прохождения I позиции ноги вытягиваются.)

2. Встать в I *arabesque* на правую ногу (по диагонали), левую, сгибая в колене, на высоте 90° провести носком близко к опорной ноге и вытянуть на *croisée* вперед на 90°. То же самое можно сделать, опустив из I *arabesque* левую ногу вниз, и, проведя ее по I позиции, поднять вперед на 90° в позу *croisée*.

3. Поднять правую ногу в сторону на 90° *en face*, затем опустить и провести по полу через I позицию в *attitude croisée* или III *arabesque*.

То же самое можно исполнить, согнув правую ногу в колене на 90° носком под колено опорной и отведя ее в *attitude* или *arabesque*.

4. Сделать большой *sissonne ouverte* в III *arabesque* на правую ногу, затем оттолкнуться от пола опорной ногой и в момент прыжка, согнув левую в колене (носок под колено), вытянуть ее в позу *effacée* вперед на 90°.

Как видно из примеров, *passé* — это всякий перевод работающей ноги из одного положения в другое по полу или по воздуху, в вытянутом или согнутом виде, на вытянутой опорной ноге или на *demi plié*.

¹ При исполнении *flic-flac en tournant* из позы в позу руки раскрываются на II позицию, затем через подготовительную и I позицию принимают требуемое положение. Из *arabesques* руки опускаются сразу в подготовительное положение и через I позицию открываются в заданное положение.

Temps relevé

Temps relevé — вспомогательное движение, связанное с подъемом опорной ноги из *demi plié* и выпрямлением работающей ноги из согнутого положения. Служит как *préparation* к какому-либо движению (например, к *rond de jambe en l'air*). Может быть и сложным приемом для исполнения маленького *piquet* с ногой *sur le cou-de-pied* и туров в больших позах.

Вначале изучается самостоятельно у палки и на середине зала, с ногой на 45° и на 90° , *en dehors* и *en dedans*. Затем включается в комбинации с другими движениями экзерсиса и *adagio* без туров и с турами.

Temps relevé требует тщательного изучения, так как правильное его исполнение определяет и качество туров *temps relevé*.

PETIT TEMPS RELEVÉ. Последовательность изучения. 1. У палки. Размер $\frac{4}{4}$. Встать в V позицию, правая нога впереди. Левая рука на палке, правая — в подготовительном положении, голова повернута направо.

En dehors. На первую четверть сделать *demi plié* на опорной ноге, одновременно работающая идет на условное *sur le cou-de-pied* впереди, правая рука поднимается в I позицию, голова слегка склоняется к левому плечу, взгляд направлен на кисть. На вторую четверть работающая нога с развернутым и закрепленным в тазобедренном суставе бедром отводится вперед на высоте *cou-de-pied*, оставаясь в полусогнутом положении. Затем, не останавливаясь, вытягивается и продолжает движение по дуге в сторону на высоте 45° . Одновременно правая рука открывается на II позицию, опорная нога вытягивается из *demi plié* и поднимается на полупальцы¹, голова поворачивается направо. На третью четверть выдерживается II позиция на 45° . На четвертую четверть, нога возвращается в V позицию.

En dedans. Встать в V позицию, правая нога сзади. *Demi plié* на левой ноге, правая — *sur le cou-de-pied* сзади. Правая рука поднимается в I позицию. Затем нижняя часть ноги (при неподвижном и выворотном бедре) отводится назад, вытягивается и продолжает движение по дуге в сторону на 45° . Во время движения ноги по дуге подняться на полупальцы, правую руку отвести на II позицию. Детали исполнения те же, что и в *en dehors*.

2. Размер $\frac{2}{4}$. Встать в V позицию, правая нога впереди.

En dehors. На первую восьмую первого такта — *demi plié* на левой ноге, правая — *sur le cou-de-pied* впереди, правая рука

¹ В начале изучения *temps relevé* исполняется без подъема на полупальцы.

поднимается в I позицию. На вторую восьмую положение сохраняется. На третью восьмую правая нога отводится вперед и по дуге в сторону на 45° , одновременно опорная поднимается из *demi plié* и переходит на полупальцы; правая рука открывается на II позицию. На четвертую восьмую положение сохраняется. На первую восьмую второго такта для повторения движения *en dehors* правая нога подводится *sur le cou-de-pied* впереди одновременно с *demi plié* на опорной и т. д.

Точно так же выполняется *temps relevé en dedans*.

Temps relevé как *préparation* к турам делается несколько иначе: во время отведения работающей ноги вперед и по дуге в сторону на 45° опорная нога находится на *demi plié*, затем следует тур *en dehors*. Одновременно работающая нога подводится *sur le cou-de-pied* впереди, опорная вытягивается и поднимается на полупальцы.

Движение работающей ноги и подъем на полупальцы делается слитно и энергично. *En dedans* выполняется тем же приемом.

GRAND TEMPS RELEVÉ. *Grand temps relevé* выполняется по принципу *petit temps relevé*, разница лишь в том, что работающая нога поднимается носком к колену опорной ноги спереди для исполнения *en dehors* и сзади под колено опорной для исполнения *en dedans*. Далее работающая нога отводится вперед или назад на той же высоте, вытягивается и продолжает движение по дуге в сторону II позиции на 90° .

Руки в таком же положении, как в *petit temps relevé*. С *grand temps relevé* делаются туры в больших позах.

VIII. ПРЫЖКИ

Прыжки — одно из основных движений классического танца. Они разнообразны по виду и исполняются в разных темпах.

Прыжки делятся на маленькие и большие, в высоту, длину и по траектории (где одинаково важна высота и длина).

Маленькие прыжки в свою очередь делятся на прыжки с минимальным отрывом от пола (маленькое *changement de pieds*, маленькое *échappé*, *glissade*) и с максимальным отрывом и броском ноги на высоту 22,5° и 45° (маленькое *assemblé*, *jeté*, *ballonné* и т. д.).

Большие прыжки исполняются с броском ноги на 90° и выше (в зависимости от индивидуальных возможностей исполнителя).

По характеру исполнения прыжки подразделяются на четыре вида: с двух ног на две, с двух ног на одну, с одной ноги на две, с одной ноги на другую. (С двух ног на две — *changement*, *échappée*, *sissonne fermée* и т. д.; с двух на одну — все виды *sissonnes*, *jeté* с V позиции и т. д.; с одной на две — *sabotole fermée* и т. д.) Все прыжки начинаются и заканчиваются *demi plié*.

При изучении прыжков следует обращать особое внимание на развитие баллона, то есть способности задерживаться в воздухе в определенной позе. Для этого необходимо достигать предельной точки прыжка, что помогает «повисать» в воздухе. Баллон особенно эффектен у танцовщиц и танцовщиков с большим прыжком.

Общие правила исполнения прыжков.

Отдача от пола делается с *demi plié* всей ступней и особенно пяткой, поэтому ни в коем случае нельзя отделять пятку от пола в *demi plié*.

В момент прыжка колени, подъем и пальцы должны быть предельно напряжены и вытянуты, если прыжок делается

¹ Прыжки могут исполняться с углубленного *demi plié* и с короткой трамплинной отдачей от пола из *demi plié*, но в любом случае задерживаться на *plié* нельзя: *plié* — только посыл для прыжка.

с обеих ног. При прыжке на одной ноге другая должна принимать требуемое позой положение при выворотности бедра.

После прыжка возвращение на пол должно быть мягким. Сначала пола касаются пальцы, затем нога переходит на всю ступню, опускается в *demi plié* и выпрямляется.

Temps levé

Temps levé. Это самые простые прыжки с двух ног на две из I, II, IV и V позиций.

Сначала temps levé изучают лицом к палке, держась за палку двумя руками, затем на середине зала.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. Встать в I позицию en face, руки в подготовительном положении. На первую четверть и на первую восьмую второй четверти — *demi plié*. На вторую восьмую — прыгнуть вверх. На первую четверть второго такта опуститься на *demi plié*. На первую восьмую второй четверти подняться из *demi plié*. На вторую восьмую положение сохраняется. Повторить движение не менее четырех-восьми раз.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом *demi plié* и прыжок. На первую четверть и первую восьмую второй четверти опуститься на *demi plié*. На вторую восьмую — прыжок. На первую четверть второго такта и первую восьмую второй четверти *demi plié*. На вторую восьмую — прыжок и т. д.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* и прыжок. На первую восьмую опуститься на *demi plié*. На вторую восьмую — прыжок и т. д.

Перемена позиций ног после прыжков из I позиции происходит при помощи *battement tendu* из I позиции во II, со II в IV и в V позиции. В дальнейшем, когда прыжки выполняются подряд, перемена позиций происходит во время прыжка.

Temps levé может быть исполнено и на одной ноге. Так, например, после прыжка, законченного на одну ногу (вторая в положении *sur le cou-de-pied* на высоте 45° или 90°), повторить прыжок в этой же позе (повторение возможно неоднократно, но позу или высоту ноги нельзя изменять).

Temps levé можно сделать и *en tournant* с поворотом на четверть или половину круга.

Changement de pieds

Changement de pieds — прыжок с двух ног на две из V позиции из *demi plié* в V с переменной ног, которая происходит после прыжка вверх в момент возвращения на пол на *demi plié*. При этом нога, которая находилась спереди, идет назад,

а находившаяся сзади — вперед. При перемене ног не следует разводить их широко в сторону. Ноги пужно раздвинуть настолько, чтобы можно было перевести их в V позицию. Правила исполнения и последовательность упражнений те же, что и в *temps levé*.

Petit changement de pieds выполняется на небольшой высоте и не требует большого мышечного усилия для прыжка, но ноги должны быть сильно вытянуты в коленях, подъеме и пальцах, а прыжок собранным.

В законченном виде *petits changements de pieds* выполняются в быстром темпе на одну восьмую каждый, но не следует слишком ускорять темп.

Можно исполнять *petit changement de pieds en tournant* с поворотом на $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{4}$ части круга. Поворот следует делать в момент прыжка, взгляд остается направленным в сторону зрителя. Быстро повернув голову, возвратит взгляд в ту же точку. Поворачиваться всегда надо в сторону ноги, находящейся в V позиции впереди (если правая нога впереди — поворот направо, если левая — налево).

Grand changement de pieds выполняется на максимальной высоте и требует большого напряжения мускулов ног и углубленного *demi plié*, способствующего сильному толчку от пола.

В законченном виде *grands changements de pieds* выполняются на одну четверть каждое, в среднем темпе. (Следует помнить, что чрезмерно замедленное исполнение может ослабить мышцы ног, «посадить на ноги». Это относится не только к *changement de pieds*, но и ко всем прыжкам вообще.)

Grand changement de pieds en tournant выполняется с поворотом на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ часть круга. Наиболее трудные большие *changements de pieds* с полным поворотом могут служить хорошей подготовкой к турам *en l'air*. Поворот выполняется по правилам *petit changement de pieds*.

Changement de pieds en tournant полезно соединять в не большие комбинации с другими *pas*.

Пример. Размер $\frac{2}{4}$. Встать в V позицию *épaulement croisé*, левая нога впереди. С правой ноги исполнить *double assemblé*, затем с полным поворотом в правую сторону — *changement de pieds*, один *entrechat-quatre* с левой ногой впереди, два *brisés* вперед и три маленьких *changements de pieds en tournant* с поворотом в правую сторону на одну восьмую каждое.

Далее комбинация повторяется с другой ноги. Исполняя эту комбинацию в обратном направлении, повороты следует делать также в сторону ноги, стоящей в V позиции впереди.

Pas échappé

Echappé (прыжок с просветом) состоит из двух прыжков, исполняемых с двух ног на две из V позиции во II и со II в V.

Техника исполнения та же, что и в *temps levé*. *Échappé* можно сделать с переменой ног и без перемены. В первом случае нога, стоящая в V позиции впереди, заканчивает второй прыжок (со II позиции на V) назад; во втором — нога со II позиции снова возвращается в V позицию вперед.

Petit échappé выполняется на небольшой высоте. Ноги в воздухе раскрываются на II позицию.

Grand échappé выполняется на большой высоте с более углубленного *demi plié*. Ноги при прыжке вверх сохраняют в воздухе V позицию и в момент возвращения на пол раскрываются на II.

Маленькое и большое *échappé* можно делать и в IV позицию *croisé* и *effacé*. Второй прыжок из II или IV позиции можно закончить на одну ногу, подняв другую в положение *sur le cou-de-pied* впереди или сзади, или в различные позы — на 45° и 90° *croisée* и *effacée* вперед и назад.

Маленькому *échappé* будут соответствовать маленькие позы, большому — большие. Нога в позу поднимается приемом *relevé*.

Прыжок из II или IV позиции с переходом в позу может быть сделан на месте и с продвижением в любом направлении. В заключительном прыжке из II или IV позиции в V недопустимо, как это часто бывает, разводить ноги шире установленной для этих позиций нормы.

Оттолкнувшись от пола со II или IV позиции, ноги, не задерживаясь, идут на соединение в V позицию в воздухе. Задержка в дальнейшем будет препятствовать осуществлению заноски со II или IV позиции в V.

Маленькое и большое *échappé* выполняется *en tournant* с поворотом на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ части круга. Большое *échappé* делается и на полный поворот. Изучается оно после освоения *échappé* без поворота. Разучивать *échappé en tournant* следует постепенно: вначале усваивается поворот на $\frac{1}{4}$ часть круга, затем на $\frac{1}{2}$ и в заключение — полный поворот. При этом первый прыжок из V позиции во II выполняется с поворотом, второй прыжок (закрывание ног из II позиции в V) делается на месте и т. д. Позднее, усложняя движение, можно исполнить каждый прыжок из V позиции во II и из II позиции в V с поворотом. Если *échappé en tournant* повторяется в одном направлении, то обычно оно делается без перемены ног. На следующей ступени изучения *échappé* проходят с заноской (объяснение см. в разделе «Заноски»).

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. Встать в V позицию *en face*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова прямо.

1. На первую четверть и первую восьмую второй четверти сделать *demi plié*. На вторую восьмую прыгнуть, раскрыв ноги

на II позицию. На первую четверть второго такта и первую восьмую второй четверти — сдержанное опускание на *demi plié* на II позицию. Одновременно с прыжком руки через I полупозицию раскрываются на II полупозицию; голову повернуть направо.¹ На вторую восьмую прыгнуть, соединив ноги в V позиции, руки закрыть в подготовительное положение, голову повернуть прямо. На третий такт — сдержанное опускание на *demi plié* в V позицию. На первую четверть четвертого такта подняться с *demi plié*. На вторую четверть положение сохраняется. Отсюда упражнение продолжается.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом сделать *demi plié* в V позиции и прыгнуть, раскрыв ноги во II позицию. На первую четверть и первую восьмую второй четверти первого такта — сдержанное опускание на *demi plié* во II позицию. На вторую восьмую прыгнуть, соединив ноги в V позиции. На первую четверть и первую восьмую второй четверти второго такта — сдержанное опускание на *demi plié* в V позицию. На вторую восьмую прыгнуть, раскрыв ноги на II позицию и т. д.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом *demi plié* в V позиции *épaulement croisé* и прыжок с открыванием ног во II позицию. На первую восьмую первого такта опуститься на *demi plié* во II позицию. На вторую восьмую прыгнуть, соединив ноги в V позиции. На третью восьмую опуститься на *demi plié* в V позицию. На четвертую — прыгнуть, раскрыв ноги во II позицию и т. д.

Большое *écharré* разучивается в той же последовательности, что и маленькое. Руки в большом *écharré* раскрываются через полную I позицию на II.

Pas assemblé

Pas assemblé (собранный, от франц. *assembler* — собирать) — прыжок с двух ног на две из V позиции в V с выбрасыванием ноги на высоту 45° (*petit assemblé*) и 90° (*grand assemblé*) вперед, в сторону и назад. Особенностью и основой *pas assemblé* является соединение (собираение) ног в V позиции в воздухе.

Assemblé может быть исполнено в положении *en face*, на *croisé*, *effacé* и *écarté*.

Первоначальное разучивание происходит у палки, затем на середине зала отдельно, в медленном темпе. В законченном виде *assemblé* исполняется слитно.

¹ Как в маленьком, так и в большом *écharré* на первом прыжке из V позиции на II голова поворачивается в профиль в направлении ноги, стоящей впереди (правая нога впереди — поворот головы направо, левая впереди — поворот налево), на втором прыжке из II позиции в V голова возвращается *en face*.

PETIT ASSEMBLÉ. Работаящая нога из V позиции *demi plié* выбрасывается на 45° в заданном направлении одновременно с толчком опорной ноги и моментально снова подтягивается к опорной, таким образом ноги соединяются в воздухе в V позиции. Опорная нога не должна при этом сдвигаться в сторону работающей.

Assemblé может быть исполнено с продвижением. Для этого, выбрасывая правую и левую ногу попеременно и возвращаясь на пол, ногу, стоявшую в V позиции сзади, следует ставить вперед. Получается естественное продвижение вперед. В продвижении назад нога, находившаяся в V позиции впереди, должна ставиться сзади.

Продвижение может происходить и иначе: работающая нога из V позиции выбрасывается в заданном направлении; одновременно опорная нога после толчка от пола подтягивается к работающей. Ноги соединяются в воздухе в V позицию. Корпус продвигается по правилам *grand assemblé* (см. ниже).

Assemblé с продвижением в сторону обычно комбинируют с другими прыжками.

Пример. Размер $2\frac{1}{4}$. *Assemblé* на *croisé* вперед с правой ноги с продвижением. Правая рука поднимается в I полупозицию, левая — на II позицию. Голова повернута направо, корпус слегка отклоняется назад и выпрямляется после прыжка на *demi plié*. Затем сделать *entrechat-quatre*, во время которого руки опускаются в подготовительное положение, голова остается в прежнем положении. В *assemblé* на *croisé* назад с продвижением к левой ноге правая рука поднимается на II позицию, левая — в I полупозицию, голова поворачивается налево, корпус чуть подается вперед и выпрямляется после прыжка на *demi plié*. На *entrechat-quatre* руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается направо. Левою ногой — *assemblé* в сторону, правой — *assemblé* в сторону с продвижением, руки раскрыть на II полупозицию. Закончить прыжок на *demi plié* (правым плечом вперед), голова повернута направо. В заключении комбинации — три маленьких *changement de pieds* (на восьмые), переход с *épaulement en face*. Последний прыжок снова закончить *épaulement* (левым плечом вперед). Руки постепенно опустить в подготовительное положение. Повторить то же с другой ноги.

Petits assemblés с продвижением и на месте комбинируются и с другими движениями.

Petit assemblé с продвижением — хорошая подготовка к *grand assemblé* на 90° .

При изучении *assemblé* должна соблюдаться последовательность: сначала изучаются *assemblés* в сторону на 45° , затем *assemblés* вперед и назад *en face*, на *croisé*, *effacé*, *écarté*.

(тоже вперед и назад), *double assemblé*, *assemblé battu* (см. «Заноски»).

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{4}{4}$. Встать в V позицию, левая нога впереди, *en face*, руки в подготовительном положении.

На первую четверть первого такта — *demi plié* в V позиции. На вторую четверть правая нога, скользя по полу, отводится на II позицию, колено, подъем и пальцы вытягиваются. На третью четверть работающую ногу выбросить на 45° одновременно с толчком опорной, находящейся на *demi plié*, и в прыжке, соединив ноги в V позиции, перенести правую ногу вперед, опуститься на *demi plié* в V позицию. На четвертую четверть подняться с *demi plié*. Отсюда прыжок повторяется с другой ноги. Исполняя *assemblé* в обратном направлении, переносить назад в V позицию ногу, стоящую впереди.

2. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. На первую четверть и первую восьмую второй четверти первого такта — *demi plié* в V позиции. На вторую восьмую правая нога из V позиции проскальзывает по полу, вытягивается и выбрасывается в сторону на 45° одновременно с толчком опорной ноги. На первую четверть и первую восьмую второй четверти второго такта в прыжке соединить ноги в V позиции, перенести правую вперед, и опуститься на *demi plié* в V позицию. На вторую восьмую левая нога из V позиции проскальзывает по полу, вытягивается и выбрасывается в сторону на 45° одновременно с толчком опорной. На первую четверть и первую восьмую второй четверти третьего такта ноги соединяются в прыжке в V позиции, левая переносится вперед, *demi plié* в V позиции. На вторую восьмую правая нога из V позиции выбрасывается в сторону на 45° одновременно с толчком опорной. На первую четверть и первую восьмую второй четверти четвертого такта, соединив ноги в V позиции и перенести правую вперед, опуститься на *demi plié* и т. д.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. За тактом — *demi plié* в V позиции, выбрасывание правой работающей ноги в сторону на 45° одновременно с толчком опорной и прыжок. На первую восьмую первого такта, перенести правую ногу в V позицию вперед, опуститься на *demi plié*. На вторую восьмую левая нога из V позиции выбрасывается в сторону на 45° одновременно с толчком опорной ноги и делается прыжок. На третью восьмую, переведя левую ногу в V позицию вперед, опуститься на *demi plié*. На четвертую восьмую правая нога выбрасывается в сторону на 45° одновременно с толчком опорной и т. д.

Таким образом, в законченном виде одно *assemblé* исполняется на протяжении четверти.

В комбинациях движений *assemblé* очень часто служит связующим прыжком между другими прыжками. Оно выполняется как завершающий прыжок. Но для этого надо, чтобы одна нога находилась в воздухе. Например, после прыжка, заканчивающегося в какую-либо позу, где нога поднята на 45° или на 90° в любом направлении, надо оттолкнуться от пола опорной ногой и подтянуть поднятую ногу к опорной, после чего закончить прыжок на *demi plié* в V позиции.

DOUBLE ASSEMBLÉ. Double *assemblé* состоит из двух *assemblés*, исполняемых из V позиции с выбрасыванием ног в стороны на 45° : первое без перемены ног, второе с переменой. Правила исполнения те же, что и для простого *assemblé* в сторону с броском ноги на 45° .

Правила исполнения *petit assemblé*. Для правильного исполнения *assemblé* очень важен единый темп, то есть одновременное выбрасывание работающей ноги на 45° и сильная отдача от пола опорной ноги.

При несовпадении отдачи от пола опорной ноги и броска работающей («пересиживание» на *demi plié*) происходит «разбрасывание» ног в сторону, что препятствует своевременному их соединению в прыжке в V позицию и подтягиванию бедер.

Обычно в *petit assemblé* нога выбрасывается в сторону на 45° ,¹ но по мере ускорения темпа высота ноги, как и высота прыжка, невольно снижается. Опорная нога в любом случае должна успевать максимально вытянуться.

Работающая нога из V позиции энергично выбрасывается в любом направлении скользящим движением, пятка активно участвует в отдаче от пола (перед броском должен быть момент проскальзывания всей ступни по полу).

Положения ног, корпуса, головы и рук следующие.

При *assemblé* в сторону нога должна выбрасываться точно на II позицию без отклонения от этой линии вперед или назад. Корпус держится прямо (недопустимо его раскачивание и отклонение в сторону).

При *assemblé croisée* и *effacée* вперед и назад нога выбрасывается, сохраняя направление из V позиции (посок работающей ноги против пятки опорной).

При *assemblé écartée* нога выбрасывается во II позицию по диагонали и не заходит за линию II позиции вперед или назад.

При *assemblé* в сторону, если нога, находящаяся в V позиции сзади, переходит вперед, голова поворачивается в сторону работающей ноги, если нога, стоящая впереди, переходит

¹ При исполнении всех видов *petit assemblé* следует помнить, что высота 45° является условной и не должна превышать высоту броска ноги, принятую в экзерсисе в *battements tendus jetés*.

назад, голова поворачивается в сторону, противоположную работающей ноге. Поворот головы профильный.

При исполнении *assemblé* в *épaulement* нога выбрасывается в сторону во II позицию *en face*. В момент соединения ног в V позиции происходит поворот корпуса правым или левым плечом (*épaulement*). При этом ни в коем случае нельзя специально выставлять плечо вперед: во время поворота плечо оттянуто и выдвигается лишь в соответствии с поворотом корпуса. Голова поворачивается в сторону работающей ноги.

При *assemblé* назад голова поворачивается в сторону, противоположную работающей ноге.

Положения корпуса, рук и головы при *assemblé* в позах *croisée*, *effacée* и *écartée* вперед и назад соответствуют положениям данных поз.

Положения рук варьируются по I и II позициям, по I и II полупозициям.¹

GRAND ASSEMBLÉ. *Grand assemblé* выполняется с выбрасыванием ноги на 90° вперед или в сторону (*grands assemblés* с выбрасыванием ноги назад в практике сценического и учебного танца самостоятельно не применяются. Встречаются лишь в качестве связующих между другими прыжками. См. «*Petit assemblé*»). Может быть исполнено в положении *en face*, *croisé*, *effacé* и *écarté* с различными вспомогательными движениями и прыжками (например, *шаг-couré*, проходящий шаг, *pas de bourrée*, *glissade*, *pas failli*, *sissonne tombée* и т. д.).

Grand assemblé всегда выполняется с продвижением в направлении выбрасываемой ноги.

Разучивание большого *assemblé* начинается с наиболее простых подходов, например, с шага, с *glissade* и т. д. Комбинации должны быть несложными, в сочетании с другими простыми прыжками, не отнимающими внимания и сил от главного — изучения *grand assemblé*.

Усвоив *assemblé* с разных приемов, его широко используют в более сложных комбинациях.

Большое *assemblé* с усложненной заноской *entrechat-six de volé* (в полете) изучается после большого *assemblé* без заноски, вначале также в простейших комбинациях (объяснение усложненной заноски *entrechat-six de volé* (см. «Заноски»).

Пример изучения *grand assemblé* с шага. Размер $\frac{2}{4}$. Встать в V позицию *croisé*, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова повернута налево.

За тактом левая вытянутая нога поднимается вперед на *croisée* на небольшую высоту (не ниже 22,5°), вместе с движе-

¹ См. также общие правила исполнения прыжков во вступительной части раздела «Прыжки».



ПОЗА ATTITUDE CROISEE ALLONGE



ВАРИАНТ ПОЗЫ ATTITUDE EFFACÉE

нием ноги руки из подготовительного положения поднимаются на II позицию. На первую четверть первого такта передать центр тяжести корпуса на левую ногу и опустить ее с вытянутого носка на пятку (шаг на *demi plié*). Сильно оттолкнуться от пола. Одновременно правую ногу энергично выбросить через I позицию большим *battement* на 90° в точку 2 плана класса (бросок ноги направлен точно в сторону II позиции). Для этого необходимо, продвинув корпус вслед за выброшенной ногой, развернуть его по диагонали правым плечом вперед (*épaulement*). На вторую четверть опорная нога после толчка моментально подтягивается к выброшенной в V позицию в воздухе сзади; правая рука через подготовительное положение и I проходящую позицию поднимается в III, левая — на II позицию; кисти поворачиваются ладонями вниз, голова — направо, взгляд направлен вверх пальцев правой руки. Прыжок заканчивается на *demi plié*, в V позиции *croisé*, правая нога впереди. Позиция на полу сохраняется та же, что и в воздухе. На первую четверть второго такта подняться из *demi plié*, руки опустить в подготовительное положение, голова остается повернутой направо. На вторую четверть вытянутая правая нога поднимается вперед на *croisée* на $22,5^\circ$, руки поднимаются на II позицию. Отсюда следует повторение прыжка с другой ноги.

GRAND ASSEMBLÉ EN TOURNANT (ПРЫЖОК С ПОВОРОТОМ КОРПУСА). При *grand assemblé en tournant* нога выбрасывается на 90° только в сторону, независимо от того, в каком направлении оно делается (вперед или назад по прямой, по прямой направо и налево, по диагонали вниз и вверх, по кругу и т. д.). Основные правила те же, что и в *grand assemblé* без поворота.

Разучивание *grand assemblé en tournant* начинается с простейшего подхода, с шага-*tombé* на 45° . В дальнейшем чаще всего применяют *pas chassé* и *pas couru* (разбег) как наиболее сильные подходы, способствующие осуществлению прыжка на большой высоте.

*Пример изучения с шага-*tombé* на 45° .* Встать в V позицию *en face*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом *demi plié* на левой ноге, одновременно правая вынимается через условное *cou-de-pied* в сторону на 45° , руки через I позицию раскрываются на II. Затем упасть на правую ногу (*tombé*), левая проходит по полу через I позицию, вытягивается и энергично выбрасывается в сторону на 90° , одновременно с толчком от пола на опорной ноге и поворотом корпуса на полтура в сторону выбрасываемой ноги спиной к зрителю¹ руки со II позиции через подготовительное

¹ Если исполнитель стоит лицом к зрителю и выбрасывается левая нога, то поворот будет направо левым плечом вперед. Первый момент поворота

положение и I позицию поднимаются в III.¹ Опорная нога после толчка моментально подтягивается к выброшенной в V позицию сзади. Корпус передается также в сторону выброшенной ноги и завершает поворот с участием рук, дающих форс в помощь вращению корпуса. При этом ноги удерживают V позицию в воздухе, руки находятся в положении, принятом в первый момент прыжка. Прыжок заканчивается в V позицию, правая нога впереди на *demi plié, en face*. Голова во время прыжка повернута через левое плечо к зрителю, затем быстро поворачивается, следуя за вращением корпуса, и снова возвращается в исходное положение.

Нужно внимательно следить за тем, чтобы выбрасываемая нога проходила по полу возле опорной по I позиции, а не шла на расстоянии от опорной ноги вперед, делая дугообразный взмах, «загребая», как бы беря форс для поворота (тем более в первый момент прыжка, где достаточно поворота самого корпуса и форса рук). При неправильном движении выбрасываемой ноги нельзя достигнуть сильного и свободного броска à la seconde на 90°. Выброшенная нога должна быть подтянута в тазобедренном суставе, ягодичные мышцы втянуты и напряжены, корпус в вертикальном положении, плечо направлено к носку выбрасываемой ноги. (Надо следить, чтобы корпус не наклонялся в сторону от выброшенной ноги, что, однако, нередко наблюдается у исполнителей.)

В *assemblé en tournant* поворот корпуса не представляет особой сложности; трудность заключается в предельной высоте и полетности прыжка с броском ноги на 90° и удерживании ее на этой высоте, чему способствует подтянутость бедер, ягодичных мышц и всего торса.

Полный поворот корпуса исполняется слитно, но, несмотря на это, необходимо ясно ощущать два момента в прыжке: первый — это бросок работающей ноги в сторону на 90° одновременно с поворотом корпуса на полтура, второй — быстрое подтягивание опорной ноги к выброшенной с поворотом корпуса на вторые полтура.

Следующим по степени трудности изучается *grand assemblé en tournant* с усложненной заноской (*entrechat-six de volé*) и *grand assemblé en tournant* с двойным поворотом корпуса. Все вышеизложенные правила и положения полностью относятся и к этим усложненным видам *assemblés*, но для двойного поворота потребуется более сильный форс рук, корпуса и ног, дающих посыл в направлении вращения.

на полтура придется спиной к зрителю, заключительный — лицом. С другой ноги все делается в противоположную сторону.

¹ В дальнейшем при определенных требованиях положения рук можно варьировать различно: например, правую поднять в I позицию, левую на III и т. д.

Grand assemblé en tournant можно исполнять без перемены ног и с переменной. В этом случае перемена ног происходит в последний, заключительный момент поворота.

Музыкальное оформление для первоначального изучения такое же, как и для grand assemblé en face.

Правила исполнения grand assemblé. Работая нога большим battement выбрасывается на 90° одновременно с сильным толчком от пола опорной ноги и движением рук, которые оказывают значительную помощь прыжку. До прыжка руки обязательно должны раскрыться на II позицию и только в момент отдачи от пола и броска ноги они проходят через подготовительное положение и I позицию, раскрываясь по заданию, то есть принимая в воздухе ту или иную позу.

Движение рук свободное, не напряженное. В руках, от плеча до локтя, должна ощущаться легкая упругость мускулов, удерживающих локти от провисания. Одновременное действие работающей и опорной ноги и движение рук дают необходимый единый темп, благодаря которому увеличивается возможность прыжка и задержки в воздухе.

Независимо от того, с какого подхода делается assemblé, надо перед отдачей от пола, углубляя demi plié, передать центр тяжести корпуса на опорную ногу, тем самым освобождая другую ногу для броска, и передать корпус вслед за выброшенной ногой. Опорная нога после толчка моментально подтягивается к выброшенной ноге в V позицию в воздухе.

Отталкиваясь опорной ногой, силу толчка следует направлять не только на прыжок в длину, но и на прыжок вверх, то есть прыжок должен быть с полетом.

Выброшенную ногу следует удерживать как можно выше, и к этой высшей точке быстро подтягивать опорную. Немалую помощь в этом окажут втянутые ягодичные мышцы, подтянутый корпус и бедра, которые подготавливаются («собираются») перед прыжком на demi plié. Распущенное тело и осевший на ноги корпус препятствуют осуществлению полноценного прыжка. При возвращении на пол после прыжка корпус, ноги, голова и руки остаются подтянутыми, как в прыжке, сохраняя форму и выразительность данной позы.

Jeté

Jeté — прыжок с одной ноги на другую.¹ Во время прыжка одна нога резко забрасывается вперед, в сторону или назад,

¹ Исключением является jeté fermé, в котором сразу после прыжка вторая нога закрывается в V позицию и прыжок происходит как бы с двух ног на две.

другая вытягивается в воздухе. Центр тяжести корпуса переносится с одной ноги на другую.

Jetés чрезвычайно разнообразны по форме.

РЕТИТ ЖЕТЕ. Правила исполнения petit jeté в основном соответствуют правилам исполнения petit assemblé, но бросок ноги на условные 45° должен быть несколько выше, чем в petit assemblé.

Встать в V позицию, сделать demi plié. Работаящая нога, вытягиваясь, выбрасывается вперед, в сторону или назад на 45° одновременно с прыжком на опорной. Затем работающая нога подтягивается к опорной спереди или сзади, опорная сгибается и принимает положение sur le cou-de-pied впереди или сзади.¹

Во всех видах petits jetés, заканчивающихся в положении sur le cou-de-pied, бросок работающей ноги из положения sur le cou-de-pied происходит через проходящую V позицию. Этот прием координирует бросок работающей ноги, отдачу опорной от пола и способствует подтягиванию бедер. Его необходимо соблюдать особенно в младших классах (в первом, втором, третьем), когда бедра и мышцы еще недостаточно закреплены. В дальнейшем нога выбрасывается из положения sur le cou-de-pied и задевает пол только носком.

Petit jeté можно исполнять в положении en face, на croisé, effacé и écarté.

Разучивается jeté сначала у палки, затем на середине зала, раздельно, в медленном темпе. Законченная форма исполняется слитно.

Начиная изучение jeté на середине зала, следует держать руки в подготовительном положении. Затем одновременно с броском работающей ноги руки из подготовительного положения свободно вскидываются на II позицию ладонями вниз и вытягиваются; при возвращении на пол после прыжка одна рука переводится в I позицию, другая остается на II.² Руки закругляются. Голова поворачивается в сторону работающей ноги.

При исполнении jeté в обратном направлении положения рук по отношению к ногам такое же. Голова тоже поворачивается в сторону работающей ноги. (Эти основные для petit jeté положения рук и головы могут быть изменены по требованию педагога.)

¹ Положение sur le cou-de-pied впереди применяется условное.

² I позицию занимает рука, противоположная работающей ноге (правая рука занимает I позицию, если левая нога принимает положение sur le cou-de-pied сзади, и наоборот: левая рука — в I позиции, правая нога sur le cou-de-pied сзади).

Jeté можно исполнять на месте и с продвижением (отскоком).

Petit jeté в сторону. Исполнить несколько jetés подряд с броском в сторону попеременно с обеих ног: правая (работающая) нога, стоящая сзади, в прыжке подменяет опорную ногу спереди, а опорная после прыжка сгибается в положение sur le cou-de-pied сзади. Затем левая (работающая) из положения sur le cou-de-pied выбрасывается в сторону на 45° и подменяет опорную спереди, правая после прыжка переходит в положение sur le cou-de-pied сзади и т. д. Получается естественное продвижение вперед.

По такому же принципу исполняется jeté назад, но работающая нога должна переноситься назад, за опорную.

Jeté с продвижением. Jeté с продвижением в сторону исполняется с помощью специального отскока: во время прыжка опорная нога подтягивается к выброшенной в сторону работающей ноге и принимает положение sur le cou-de-pied. Корпус передается вслед за выброшенной ногой.¹

Jeté с продвижением в сторону, как правило, не делают подряд разными ногами, а комбинируют с другими прыжками.

Petit jeté с продвижением (отскоком) является самостоятельным pas и в то же время служит хорошей подготовкой к grand jeté на 90°, jeté fondu на 90°, jeté fondu-passé и др. При этом следует возможно дольше задерживаться в воздухе, выбросив ногу на 45° (в petit jeté) и на 90° (в grand jeté), и в прыжке вверх пролететь за кончиком носка вперед, в сторону или назад. Заданная при этом поза (положение рук, поворот головы) должна быть выражена и в полете, и при возвращении на demi plié.

Jetés с продвижением могут исполняться в позы croisée, effacée, écartée вперед и назад.

Пример jeté в позу croisée вперед. 1. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди. На первую четверть demi plié. Между первой и второй четвертью — прыжок наверх и бросок правой ноги скользящим движением по полу вперед на 45° в направлении croisé. Руки из подготовительного положения поднимаются в I позицию, кисти приоткрываются, голова повернута направо. На вторую четверть, пролетев за кончиком носка, опуститься на demi plié, левая нога подтягивается в положение sur le cou-de-pied сзади. На первую четверть второго такта исполнить assemblé назад, закрыв ноги в V позицию на demi plié. Руки опустить в подготовительное положение. На вторую

¹ При исполнении jeté без продвижения выброшенная нога снова подтягивается к опорной спереди или сзади и принимает положение sur le cou-de-pied.

четверть подняться из *demi plié*. Отсюда движение повторяется нужное количество раз.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* и прыжок на *croisé* вперед. На первую четверть опуститься на *demi plié*. На вторую — *assemblé*, ноги соединяются в V позиции на *demi plié*. Отсюда движение повторяется. Точно так же разучивается *jeté* назад.

В средних и старших классах маленькое *jeté*, исполняемое вперед, может быть закончено в позу маленького *attitude*.¹

Маленькое *jeté* назад, оканчивающееся в младших классах в положение *sur le cou-de-pied* вперед, в дальнейшем может заканчиваться в позе с ногой, вытянутой вперед на 45° или вынудой через проходящее *cou-de-pied* вперед на 45° .

Пример комбинации на маленькие jetés. Размер $\frac{4}{4}$. (Исполняется в течение двух тактов). Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди. За тактом — *demi plié*. На первую четверть — маленькое *jeté* правой ногой с продвижением в сторону, левая переходит в положение *sur le cou-de-pied* впереди. На вторую четверть — маленькое *jeté* с продвижением на *croisé* вперед. На третью четверть — *assemblé* назад, заканчивающееся в V позиции. На четвертую четверть — *entrechat-quatre*. На следующий такт исполнить маленькое *échappé* в IV позиции *croisée* и маленькое *échappé* во II позиции, после чего комбинация повторяется с другой ноги. То же самое исполняется в обратном порядке.

JETÉ FERMÉ. *Jeté fermé* (от франц. *fermer* — закрывать) — прыжок с двух ног на две. Исполняется в сторону² и во все маленькие позы. Изучается после того, как пройдено маленькое *jeté* с продвижением.

Пример изучения jeté fermé в сторону (без перемены ног). 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью левая нога скользит по полу и выбрасывается в сторону на 45° , прыжок, корпус отклоняется направо, одновременно руки из подготовительного положения раскрываются в сторону II позиции, голова повернута направо. Пролететь в сторону за кончиком носка, правую ногу открыть в сторону также на высоту 45° (не ниже, чем левую). На вторую четверть упасть на *demi plié* на левую ногу, правую подвести носком по полу в V позицию вперед на *demi plié*. В это время центр тяжести тела передается на левую ногу, корпус отклоняется в левую сторону, руки закрываются в подготови-

¹ Руки в маленьком *attitude* открываются в I позицию или одна рука принимает положение I позиции, вторая — II.

² *Jeté fermé* в сторону исполняется с переменной ног и без перемены; во втором случае можно сделать несколько *jetés* подряд в одном направлении.

тельное положение, голова, следуя за движением корпуса, поворачивается налево. На третью и четвертую четверти подняться из *demi plié* и, выпрямляя корпус, повернуть голову направо. Отсюда движение повторяется.

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* и прыжок. На первую четверть — падение на левую ногу. На вторую четверть правая нога закрывается в V позицию вперед на *demi plié*. Отсюда выполняется следующее *jeté*.

При исполнении *jeté fermé* в сторону на $\frac{2}{4}$ каждое корпус между первым и вторым *jeté* не выпрямляется, а плавно передается с одной ноги на другую (отклоняется в сторону), как указано в первом примере.

В законченной форме это *jeté* может выполняться и на одну четверть каждое.

JETÉ С ПРОДВИЖЕНИЕМ В СТОРОНУ НА ПОЛКРУГА (PETIT JETÉ EN TOURNANT). Это *jeté* выполняется в сторону по прямой линии, а также по диагонали, из точки 6 в точку 2 плана класса и из точки 4 в точку 8. При каждом *jeté* выполняется поворот на полкруга (полный поворот комбинируется из двух *jetés*).

Пример jeté по прямой линии. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi plié*; правая рука на I позиции, левая — на II, правая нога выбрасывается в сторону, прыжок, руки раскрываются на II позицию. Отлететь в сторону как можно сильнее и сделать в воздухе половину поворота *en dedans* (направо). На первую четверть остановиться спиной к зрителю на *demi plié*, левая нога *sur le sou-de-pied* сзади, левая рука на I позиции, правая на II. Голова во время прыжка поворачивается налево к зрителю и в заключении принимает профильное положение, взгляд направлен через левое плечо. Исполняя второе *jeté*, выбросить левую ногу в сторону; одновременно левая рука открывается на II позицию. В прыжке пролететь по направлению носка и кисти левой руки с полуповоротом в воздухе *en dehors* и на вторую четверть опуститься на *demi plié*; правая нога *sur le sou-de-pied* впереди; правая рука на I, левая — на II позиции, голова *en face*.

Правила исполнения petit jeté en tournant. Следует фиксировать прыжок в воздухе в положении *en face* и лишь в последний момент повернуть корпус на полкруга.

Второе *jeté*, начинающееся из положения спиной к зрителю (с поворотом *en dehors*), не должно быть слабее первого, что обычно случается при неопытности. Высота прыжка и пролет в воздухе в сторону должны быть несколько сильнее, чем на

первом *jeté*, что создает впечатление равномерной силы прыжков.

Начиная первый прыжок с правой ноги с поворотом *en dedans*, следует четко поворачивать корпус левым плечом вперед; на втором прыжке с поворотом *en dehors* корпус поворачивается правым плечом назад.¹

В момент прыжка, когда руки (помогая взлету) раскрываются на II позицию, кисти, вытягиваясь, поворачиваются ладонями вниз. При окончании прыжка рука, сгибающаяся в I позицию, обязательно «подхватывается» кистью в I позицию снизу. Рука не должна проходить подготовительное положение, но это активное и мимолетное движение кистью помогает собранности корпуса во время поворота.

Petit jeté en tournant может исполняться с обратными поворотами. Если движение идет по прямой линии в правую сторону, то перед началом правая нога ставится в V позицию сзади. Выбросив для прыжка правую ногу, следует повернуться *en dehors* левым плечом назад; для второго *jeté* выбрасывается левая нога с поворотом *en dedans* правым плечом вперед. После первого *jeté* левая нога находится в положении *sur le cou-de-pied* впереди; после второго — правая нога *sur le cou-de-pied* сзади.

Jeté с поворотом на полкруга по диагонали сверху вниз исполняется по правилам *jeté* по прямой линии. Несколько иное только положение головы. Для примера возьмем диагональ из точки 6 в точку 2. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди, правое плечо, голова и взгляд направлены в точку 2. Заканчивая первое *jeté* правой ногой с поворотом *en dedans*, следует остановиться левым плечом в точку 2, голова повернута через левое плечо. Исполнив второе *jeté* левой ногой с поворотом *en dehors*, необходимо повернуть голову в профильное положение через правое плечо в точку 2.

Таким образом, двигаясь с полуповоротами по прямой линии, следует поворачивать голову поочередно в профиль и *en face*; при движениях по диагонали повороты головы чередуются в профильном положении.²

GRAND JETÉ. В сценическом танце *grand jeté* отводится значительное место. Оно исполняется с прыжком вперед в позы *attitude croisée*, *effacée*, I, II, III и IV *arabesques*, реже с прыжком назад в большие позы *croisée* и *effacée* вперед.

¹ При остановке после прыжка на правой ноге подтягивается бедро и ягодичная мышца левой ноги, находящейся *sur le cou-de-pied* сзади. Останавливаясь на левой ноге, надо втянуть бедро и ягодичную мышцу правой, находящейся на *cou-de-pied*.

² Это правило встретится и при исполнении *emboîté en tournant* на 45° по прямой линии и по диагонали.

Подходы к прыжку весьма разнообразны и состоят из проходящего шага-couré, pas couru, glissade, chassé, sissonne tombée-courée и т. д. Все подходы должны быть собранными, энергично стимулирующими большой прыжок, перед которым должен ощущаться сильный трамплинный толчок от пола. Подходы исполняются за тактом.

В средних классах, в начале изучения grand jeté, полезно в течение нескольких уроков проделать jeté просто из V позиции, после чего можно перейти к grand jeté с шага-couré, затем с pas couru, с glissade и с chassé.

Правила исполнения большого jeté во многом аналогичны правилам исполнения маленького jeté с продвижением (см. «Jeté в позу croisée вперед»), но нога в прыжке выбрасывается на 90°.¹ В заключении прыжка (при исполнении jeté вперед) нога, находящаяся сзади, принимает положение attitude croisée, effacée или arabesque. Поза должна быть четко выражена в прыжке и фиксироваться после прыжка на demi plié; прыжок по возможности высок, окончание его на demi plié эластичное, мягкое, с подтянутой спиной и напряженной мускулатурой ног. Это jeté можно заканчивать assemblé.

Пример grand jeté с шага-couré в attitude croisée (первоначальное изучение). 1. Размер 4/4. Préparation: правая нога в положении croisée сзади упирается вытянутыми пальцами в пол,² подъем вытянут, руки в подготовительном положении, голова повернута налево. За тактом, открыв руки снизу на II позицию, сделать правой ногой широкий шаг в effacée вперед на plié, корпус в момент plié на правой ноге сильно наклоняется вперед и слегка направо (центр тяжести передается на ногу), одновременно руки опускаются в подготовительное положение, голова наклоняется направо. Сильно оттолкнуться правой ногой (пяткой) от пола (couré), выбросить левую ногу на croisée вперед на 90° и, взяв руками снизу форс, открыть их — правую на III, левую на II позицию, голову повернуть налево, корпус выпрямить и прыгнуть. Пролетев за носком вперед, возможно дольше удерживать ногу на высоте 90°.

Plié на правой ноге и прыжок приходятся на первую четверть. На вторую четверть опуститься с прыжка на demi plié. На третью и четвертую — опустить руки вниз, а правую ногу поставить в исходное положение préparation сзади. Отсюда движение повторяется и следует по диагонали из точки 6 в точку 2.

¹ Бросок ноги на 90° идет с повышением по дуге вверх; корпус подтянут, устремлен кверху. Положение корпуса в момент прыжка и перехода на опорную ногу в demi plié имеет много общего с développé tombé. На это следует обращать внимание учащихся.

² В мужском танце — полупальцами в пол.

Необходимо помнить, что в *grand jeté* корпус (так же, как и руки) активно помогает прыжку. Подтянутый и поднятый наверх во время прыжка корпус передается за поском вперед, помогает исполнить прыжок не только в высоту, но и в длину.

В прыжке надо хорошо ощущать мышечное напряжение ног, подтянутость бедер и ни в коем случае не распускать ягодичные мышцы. Распущенность мышц приводит к расхлябанности прыжка и делает невозможным задержку в воздухе.

2. Размер $\frac{3}{4}$. *Grand jeté* исполняется без остановок, то есть после первого *jeté* на первую и вторую четверти нога из положения *attitude croisée* вновь делает шаг-соурé для исполнения второго *jeté* и т. д.

Следует заметить, что прием изучения *grand jeté* с шага-соурé считался раньше чисто женским, и существовало мнение, что в мужском классе учить *jeté* с разбегом несравненно легче. Однако, совершенствуя форму и высоту прыжка, трудно будет избавиться от разбросанности, которую дает этот более легкий прием, в то время как шаг-соурé хорошо координирует положение корпуса, рук и головы перед прыжком, тем самым оказывая помощь прыжку.

Остановимся подробно на исполнении шага. Из IV позиции *croisée* сзади нога с вытянутыми пальцами проходит вперед около опорной, чуть отделяясь от пола, но не задевая носком пол. На расстоянии широкого шага от опорной ноги носок работающей ноги ставится на пол скользящим движением, и тотчас вся ступня опускается на пол на *demi plié*, пятка акцентирует нажим в *plié*. Корпус наклоняется к этой ноге. Небрежный шаг, при котором нога ставится на *demi plié* сверху, не даст нужного результата.

Пример *grand jeté* с *pas couru*. *Pas couru* — разбег перед прыжком; он может состоять из быстрых трех или пяти шагов, причем последний шаг будет шаг-соурé.

Начинается *pas couru* также с *préparation croisée* сзади.¹ Руки во время бега раскрываются на II позицию, корпус слегка откинут назад и лишь на шаге-соурé передается вперед на правую ногу. Динамика и темп разбега, исполняемого за тактом, не позволяют в момент соурé наклонять корпус вперед так же сильно, как это делается в *jeté* с шага-соурé. Наклон корпуса и шаг-соурé станет «проходящим» и лишь поможет взять снизу форс руками и поднять все тело наверх во время прыжка в *attitude croisée* или в позу III *arabesque*. Движение идет по диагонали.

Пример *grand jeté* с *pas chassé*. Подход к *grand jeté* с *pas chassé* (догоняющий прыжок, от франц. *chasser* —

¹ Первый шаг вперед делается ногой, находящейся в положении *croisée* сзади.

гнать) является разновидностью подхода с *pas couru* и применяется в старших классах.

Préparation: правая нога на *croisée* сзади. Выдвинув правую ногу в *effacée* вперед, сделать легкий скользящий вперед прыжок (*chassé*), подтянув в воздухе левую ногу в V позицию сзади. Затем правая нога исполняет проходящий шаг-супре, левая выбрасывается вперед на 90° для *grand jeté*. Движение идет по диагонали. *Pas chassé*, как и *pas couru*, исполняется за тактом.

Пример grand jeté с glissade¹ по прямой в I arabesque. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди, руки в подготовительном положении. Движение по прямой линии из точки 7 в точку 3 плана класса. За тактом — *demi plié* и *glissade* правой ногой в сторону II позиции, заканчивающийся в V позицию, левая нога впереди на *demi plié*. Во время *glissade* руки открываются на II позицию и соединяются внизу перед прыжком *jeté*, голова повернута налево.

На первую четверть, заканчивая *glissade*, оттолкнуться от пола, правая нога выбрасывается вперед на 90° в направлении точки 3, руки через проходящую I позицию открываются в позу I *arabesque*, взгляд направлен через правую кисть, корпус подтянут вверх. На вторую четверть, передав корпус вперед, опуститься на правую ногу на *demi plié*, сохраняя позу I *arabesque*. На третью четверть исполнить *assemblé*, соединив ноги в воздухе в V позиции и опуститься на *demi plié*, левая нога впереди. На четвертую четверть выпрямиться из *demi plié*.² Отсюда повторить движение в том же направлении.

Правила исполнения *grand jeté с glissade*. Скользящий *glissade* с прыжком, но без отрыва от пола должен оканчиваться в классе точно в V позицию (IV позиция, допустимая в сценическом танце, в классе не рекомендуется).

Заканчивая *glissade*, ни в коем случае не следует задерживаться на *plié*. Задержка превратит *glissade* из вспомогательного движения в самостоятельное *pas* и не поможет, а помешает при отдаче от пола, ослабит силу прыжка.

Толчок от пола для последующего прыжка делается в *glissade* двумя ногами, но главная нагрузка должна падать на ногу, которая заканчивает *glissade* (если *glissade* начинает правая нога, то сильнее оттолкнуться для прыжка следует левой ногой).

Открывая руки во время *glissade* и соединяя их затем внизу, чтобы во время прыжка *jeté* раскрыть их в позу, нужно

¹ См. «Glissade».

² На четвертую четверть можно также исполнить *entrechat-quatre* или любое *pas*, оканчивающееся на две ноги.

делать это активно, не вяло, то есть надо руками брать форс для прыжка.

Исполняя *glissade* в сторону II позиции в *épaulement croisé* (левое плечо впереди, голова налево), в последний момент перед *jeté* следует отвести назад правое плечо так, чтобы положение корпуса и плеч соответствовало последующей позе I *arabesque*, направленного в точку 3.

Как и во всех *grands jetés*, корпус одновременно с прыжком подтягивается вверх, а затем также направляется вперед.

Пример grand jeté в I arabesque с glissade по диагонали. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди. Движение из точки 6 в точку 2. *Glissade*, как и в предыдущем примере, выполняется без перемены ног и начинается с правой ноги вперед в направлении точки 2. *Grand jeté* в I *arabesque* делается также в точку 2. Правая нога, скользящая в *glissade* вперед, определяет направление броска правой ноги вперед на 90° в момент *jeté*. Левое плечо все время остается впереди¹ (правила исполнения см. Правила исполнения *grand jeté с glissade*).

Пример grand jeté во II arabesque с glissade по диагонали. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. *Glissade*, исполняемый без перемены ног, начинается правой ногой вперед в точку 2; *grand jeté* во II *arabesque* также выполняется правой ногой в точку 2. Затем левая нога, находящаяся в позе II *arabesque* сзади на 90°, опускаясь, быстро проходит по полу возле правой опорной ноги и скользит вперед, делая второй *glissade* в направлении между точкой 1 и точкой 2, причем этот *glissade* заканчивается в V позицию правой ногой вперед; тотчас левая нога выбрасывается на 90° для *jeté* в направлении второго *glissade*. Отсюда движение повторяется еще раз с правой и с левой ноги. Руки, как и в предыдущих примерах, на *glissade* раскрываются в сторону II позиции и перед прыжком-*jeté* опускаются вниз. Первый *glissade* выполняется левым плечом вперед, голова налево. Заканчивая *glissade*, слегка опустить голову вниз; в прыжке-*jeté* голова снова направлена через левое плечо, левая рука вытянута вперед, правая — в сторону. Исполняя второй *glissade*, следует опустить руки из позы II *arabesque* вниз и снова поднять их на втором *jeté*. На втором *glissade* голову повернуть направо.

Правила исполнения *glissade* и *grand jeté* те же, что и в предыдущих примерах.

¹ Если *grand jeté* выполняется в *attitude effacée* из точки 6 в точку 2, то перед началом в V позиции впереди может быть и правая нога. Тогда *glissade* выполняется в положении *écartée* вперед, правым плечом в точку 2, и только в момент *jeté* корпус поворачивается на *effacé*.

В старших классах эти *jetés* можно исполнять по кругу. Круг может начинаться в правую сторону из точки 8 мимо точек 1, 2, 3 и заканчиваться движением по диагонали из точки 4 в точку 8 или диагональю из точки 6 в точку 2. В левую сторону движение начинается из точки 2 мимо точек 1, 8, 7 и т. д. Исполняя *jetés* по диагонали, можно продолжить их по кругу. В этом случае, проделав диагональ из точки 6 в точку 2, следует повернуть по кругу направо; после диагонали из точки 4 в точку 8 движение по кругу исполняется налево.

JETÉ FONDU НА 90°. *Jeté fondu* (тающий, от франц. *fondre* — таять) — большой прыжок с двух ног на две, исполняемый в сторону и во все большие позы вперед и назад. Это *jeté* можно сравнить с *grand jeté*, исполняемым из V позиции, но в заключении прыжка нога не остается в воздухе, а мягко закрывается в V позицию.

Пример изучения jeté fondu в позу III arabesque. 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью правая нога выбрасывается вперед на 90° в направлении *croisé*, левая рука через I позицию открывается вперед, правая на II позицию, прыжок. Пролетая за носком правой ноги вперед, открыть левую ногу на *croisé* назад на 90°. На вторую четверть упасть на правую ногу на *demi plié*. Между второй и третьей четвертью левая нога носком по полу подводится в V позицию сзади на *demi plié*, в то же время руки мягко опускаются вниз в подготовительное положение. На третью четверть левая нога в V позиции как бы углубляет *demi plié*, что и создает характер *fondue*. На четвертую четверть подняться из *demi plié*.

2. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* и прыжок *jeté* вперед. На первую четверть опуститься на правую ногу на *demi plié*. На вторую четверть левую ногу подвести в V позицию сзади на *demi plié*, руки опустить в подготовительное положение. Отсюда движение повторяется нужное количество раз.

Характерной особенностью *jeté fondu* на 90° является плавность, мягкость исполнения; ему присущ умеренный вальсовый темп. При исполнении в размере $\frac{3}{4}$ каждый такт будет равен одной четверти двухдольного размера. Эти *jetés* исполняются во все позы и во всех направлениях.

JETÉ PASSÉ. *Jeté passé* имеет три основных вида: маленькое (на 45°), большое (на 90°), исполняемые вперед и назад, и большое в сторону II позиции со сгибом ноги на высоте 90° и с *passé* по I позиции. Исполняется с проходящего шага и с *pas couru*.

Petit jeté passé назад с шага. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation: правая нога на croisée сзади. За тактом шаг вперед с правой ноги на effacé носком в пол. На первую четверть — demi plié на правой ноге, центр тяжести корпуса передается вперед на правую ногу, правая рука в I позиции, левая отводится на II позицию, голова и взгляд направлены в сторону кисти правой руки. Между первой и второй четвертью прыгнуть, оттолкнувшись от пола, и выбросить левую ногу на effacé назад на 45° . В момент прыжка корпус, выпрямляясь, слегка выгибается назад, руки с раскрытыми кистями открываются на II позицию, голова поворачивается налево. На вторую четверть левая нога опускается на demi plié на место правой ноги, правая выбрасывается на croisée назад в полусогнутом положении на 45° , правая рука остается на II позиции, левая сгибается в I позицию, голова повернута налево. Повторяя движение, снова сделать правой ногой шаг на effacé вперед и, опуская правую руку вниз, проходящим движением соединить ее в I позиции с левой, после чего, пригнув корпус перед прыжком, отвести левую руку на II позицию и т. д. Движение идет по диагонали из точки 6 в точку 2.

Правила исполнения petit jeté passé назад с шага. В прыжке должен быть момент, когда обе ноги находятся в воздухе: одна — в положении effacé, другая — croisée сзади. Ноги, меняясь в воздухе, проходят близко одна возле другой, но не соприкасаются.

При наклоне корпуса вперед перед прыжком плечи должны быть совершенно ровными. Для этого, делая шаг вперед и plié на правую ногу, следует в момент plié немного подать вперед левое плечо. Обычной ошибкой бывает «отставание» плеча, что придает кривизну корпусу в момент прыжка и нарушает линию перегиба в спине.

Слитный переход корпуса из наклонного положения вперед в небольшой перегиб назад происходит в прыжке (что очень важно) и сохраняется в заключительной позе на demi plié.

Эти правила распространяются и на jeté passé на 90° .

Petit jeté passé назад с pas couru. Pas couru (разбег) может состоять из трех или пяти шагов. Последний шаг должен быть с упором на plié.

Исходное положение — поза croisée назад носком в пол.

При pas couru, исполняемом за тактом, руки находятся в подготовительном положении и в jeté passé принимают маленькие позы, описанные в первом примере. Исполняя движение несколько раз подряд, следует во время pas couru опускать руки в подготовительное положение. Правила исполнения jeté passé назад с pas couru те же, что в jeté passé назад с шага.

Jeté passé назад на 90° . Размер $\frac{2}{4}$. Préparation: правая нога

на *croisé* сзади. Как и в *petit jeté passé*, шаг в *effacé* вперед делается правой ногой, но положение на *demi plié* несколько шире, наклон корпуса вперед сильнее.

В момент прыжка левая нога выбрасывается на *effacé* назад на 90° , правая на *croisé* назад. Заканчивая прыжок на *demi plié* на левую ногу, правую удерживать в *attitude croisée*.

Перед началом прыжка правая рука находится в I, левая на II позиции. В прыжке правая рука поднимается в III позицию, кисть открывается, левая остается на II. В заключительной позе кисти могут остаться *allongé* или принять обычное положение III и II позиции. Перегиб корпуса в прыжке значительно сильнее, чем в маленьком *jeté passé*.

Музыкально движение распределяется на четверти, как в первом примере. Это *jeté* может исполняться и с *pas cougu*.

Jeté passé вперед на 90° . Размер $2/4$. *Préparation*: левая нога на *croisé* вперед носком в пол, руки в подготовительном положении, голова повернута налево.

За тактом левая нога делает шаг назад на *effacé*, руки через проходящую I позицию отводятся на II позицию с открытыми кистями. На первую четверть сделать *demi plié* на левой ноге, корпус с ровными плечами слегка откинуть назад, прыгнуть, выбросив правую ногу вперед на 90° . На вторую четверть упасть на *demi plié* на правую ногу, левая нога во время прыжка делает *développé* вперед на 90° . Движение заканчивается в большую позу *croisée* вперед. Руки со II позиции поворачиваются кистями внутрь; левая рука остается на II позиции, правая — со II закрывается в III. Можно также поднять наверх левую руку, оставив правую на II позиции, голова поворачивается по заданию направо или налево.

Эти *jetés* можно исполнять и с *pas cougu*. *Pas cougu* назад делается на невысоких полупальцах в противоположность *pas cougu* вперед, где ноги ставятся с носка на пятку.

Jeté passé на 90° в сторону II позиции с окончанием на III arabesque. Это *jeté* исполняется из V позиции на одну ногу и может заканчиваться *assemblé* или *pas de bourrée* с переменой ног. Ему обычно предшествует какое-нибудь *pas*, например, *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée*, *assemblé* в V позицию и *jeté passé* в сторону с окончанием на III *arabesque*. Можно в конце комбинации *allegro* сделать *glissade*, *jeté passé* в III *arabesque* с остановкой в позе на *plié*.

Разберем этот пример. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди, руки в подготовительном положении, голова налево. За тактом — *demi plié*, *glissade* правой ногой в сторону II позиции без перемены ног, руки слегка приоткрыть в сторону. На первую четверть закончить *glissade*, руки опустить вниз. Между первой и второй четвертью, оттолкнувшись от пола, прыгнуть, выбросить правую ногу на

90° в сторону, руки снизу раскрываются на II позицию, положение головы и корпуса en face. Пролетев возможно дальше за носком правой ноги, на вторую четверть упасть на правую ногу на demi plié, левая нога, находящаяся в момент прыжка под прямым углом к полу, быстро проводится через I позицию на demi plié в croisé назад на 90° (то есть в III arabesque). Правая рука остается на II позиции, левая в момент passé по I позиции опускается вниз и поднимается вперед, взгляд, скользнув за движением левой руки, направляется за ее кистью.

Jeté passé на 90° в сторону II позиции (с окончанием в позу effacée вперед). В этом примере объединим jeté passé с pas de bourrée с переменной ног.

Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, левая нога впереди. За тактом — demi plié, прыжок с броском правой ноги на 90° в сторону II позиции, руки из подготовительного положения раскрываются на II позицию, кисти повернуты вниз, корпус и голова en face. Пролетев за кончиком носка, упасть на первую четверть на правую ногу на demi plié. В момент падения корпус с ровными плечами поворачивается в точку 8 плана класса (effacé), левая нога делает développé в effacée вперед, правая рука поднимается в III позицию, левая остается на II, голова поворачивается направо. Между первой и второй четвертью, не задерживаясь в позе, упасть (tombé) на левую ногу на demi plié (пошире) в направлении точки 8 плана класса, подтянуть правую ногу к левой сзади, на полупальцах исполнить pas de bourrée вперед¹ с переменной ног. В это время правая рука открывается на II позицию и вместе с левой опускается вниз. Закончив движение на вторую четверть в V позицию (правая нога впереди), тотчас выбросить в прыжке левую на 90° в сторону II позиции и продолжить все pas с другой ноги.

Правила исполнения jeté passé на 90° в сторону II позиции. Это jeté должно носить свободный танцевальный характер и исполняться с широким продвижением из стороны в сторону.

Отталкиваясь для прыжка с demi plié, следует выбрасывать ногу на 90° сильным скользящим движением по полу, ни в коем случае не освобождая ее в demi plié.

В сочетании с этим видом jeté passé, pas de bourrée исполняется как движение проходящее, не требующее чеканной фиксации подъема на полупальцы и положения sur le cou-de-pied.

JETÉ RENVERSE. Jeté renversé (опрокинутое, от франц. renverser — опрокидывать) исполняется en dehors и en dedans

¹ En dehors en face.

с большим прыжком в сторону II позиции. Прежде чем приступить к его изучению, следует хорошо усвоить *renversé* в экзерсисе и *adagio* на середине зала.

Jeté renversé en dehors принято начинать ногой, находящейся в V позиции сзади; *en dedans* — ногой, стоящей впереди.

Jeté renversé en dehors. Размер $2/4$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом — *demi plié* и прыжок с броском правой ноги в сторону II позиции на 90° . Руки раскрываются на II позицию, ладони вниз, положение корпуса и головы *en face*. На первую четверть, пролетев в сторону за кончиком носка, упасть на *plié*, проводя левую ногу в *attitude croisée*.¹ Левая рука в III позиции, правая — на II, голова поворачивается направо. Между первой и второй четвертью встать на левую ногу на полупальцы, подведя ее к опорной ноге; правая нога поднимается в условное *cou-de-pied* впереди, корпус перегибается назад и поворачивается на половину оборота, влево к зрителю. В это время правая рука опускается вниз и поднимается в I позицию, левая остается в III позиции, голова повернута через правое плечо, взгляд направлен в точку 1. Зафиксировать на секунду в повороте этот перегиб, подставить правую ногу на полупальцы на место левой и, подняв левую *sur le cou-de-pied* впереди, закончить поворот корпуса *en dehors* к зеркалу. Опустив левую руку сверху в I позицию, соединить ее с правой. Голову возможно дольше оставить повернутой направо. На вторую четверть закончить движение в V позицию *épaulement croisé*, левая нога впереди; голову повернуть налево, руки приоткрыть в I позиции на полувысоту (полупозицию).

Правила исполнения *jeté renversé en dehors*. Заканчивая прыжок *jeté* в *attitude croisée*, следует соблюдать точное положение *épaulement* и ни в коем случае раньше времени не поворачиваться спиной к зрителю.

Переходя на полупальцы, следует возможно дольше удерживать корпус в перегибе, а голову повернутой к зрителю, и лишь в последний момент завершить *renversé* поворотом корпуса.

Несмотря на необходимость фиксировать первое положение (*attitude croisée*) и второе (переход с перегибом корпуса на полупальцы), *renversé* должно носить слитный характер.

В заключении *renversé* корпус выпрямляется не рывком, а мягко, сдержанно на *demi plié* в V позиции.

¹ Левая нога выбрасывается на 90° непосредственно с пола, попадая в *attitude croisée*.

Соблюдая общность исполнения *renversé* в прыжках и в *adagio*, надо строго различать разницу первоначального момента *renversé*, а именно: в *adagio* подъем на полупальцы в *attitude croisée* происходит на опорной ноге; в прыжках — при переходе на ту ногу, которая находится в *attitude* сзади, то есть в момент *pas de bourrée*, которым заканчивается *renversé*. Это правило относится и к *jeté renversé en dedans*.

Jeté renversé en dedans исполняется, как и *en dehors*, но поворот корпуса и заключительное *pas de bourrée* будут *en dedans*.

Обычно после прыжка в сторону II позиции *renversé* начинается из позы *croisée* вперед. Существует еще усложненный вариант, когда прыжок заканчивается в позу *écartée* вперед. (Оба варианта см. в разделе «Повороты в *adagio*»). Усвоенное из V позиции, *jeté renversé* можно исполнять с предварительным *glissade*.

JETÉ ENTRELACÉ. *Jeté entrelacé* (перекидное *jeté*) — одно из основных и труднейших *pas* классического танца. Ученик, овладевший такими движениями, как *jeté entrelacé*, *saut de basque* и большой *sabriole*, может считаться овладевшим техникой классического танца. Перечисленные *pas* совершенствуются и усложняются в течение ряда лет не только в школе, но и на сцене.

Jeté entrelacé исполняется во всевозможных направлениях: по диагонали снизу вверх, сверху вниз, по прямой линии поперек зала и по прямой снизу вверх, а также по кругу в правую и в левую сторону. Сначала его изучают с широкого шага, затем с *chassé* (с *pas couru* в мужском танце оно не исполняется).

В прыжке руки обычно находятся в III позиции, в заключении могут принимать самые различные положения: I, II и III *arabesque*, III позицию, I и III позиции, II и III позиции и т. п.

Последовательность изучения. 1. *Jeté entrelacé* с шага. Размер $\frac{4}{4}$. Движение по диагонали из точки 2 в точку 6 плана класса. Встать на правую ногу лицом в точку 2, левая нога вытянута на *effacée* сзади, носком в пол; левая рука впереди, правая — на II позиции, голова повернута налево (поза II *arabesque*). За тактом — *demi plié*, левая нога поднимается на 45° , корпус наклоняется вперед. На первую четверть широким шагом перейти с носка на левую ногу на *demi plié*, раскрывая руки на II позицию, оттолкнуться от пола левой ногой для прыжка, выбросив правую по I позиции вперед на 90° в точку 6. В этот момент руки берут форс, опускаясь со II позиции вниз и быстро поднимаясь в III позицию. В прыжке к правой ноге выбрасывается и левая: ноги почти соединяются и как бы пе-

реплетаются, корпус сильно подтягивается вверх и поворачивается в воздухе. На вторую четверть закончить прыжок на правой ноге на *demi plié*, левая сзади на 90° , голова и руки в положении I *arabesque* лицом в точку 2. На третью и четвертую четверти поза сохраняется. Отсюда движение повторяется нужное количество раз.

Правила исполнения *jeté entrelacé* с шага. Бросок ноги вперед на 90° должен быть быстрый, сильный и точный в направлении вперед; ягодичная мышца и бедро выбрасываемой ноги подтянуты.

Нога выбрасывается по полу точно через I позицию. Несоблюдение этих двух правил приводит к разбросанности ног в прыжке.

Заканчивая прыжок, следует опускаться на то же место, с которого прыжок начинался, не допускать отклонения фигуры с намеченной вначале диагонали.

Строго следить, чтобы в воздухе ноги проходили близко одна возле другой. Если в прыжке выбрасывается вперед правая нога, то, опускаясь на пол, необходимо проводить левую ногу точно назад и не допускать отведения ее в сторону (что встречается довольно часто). Для этого следует держать бедро левой ноги и левый бок как бы «втянутыми», а плечи ровными.

Перед началом прыжка корпус, наклоненный вперед на *demi plié*, как можно дольше остается на опорной ноге и лишь в момент броска ноги вперед на 90° и прыжка выпрямляется, а затем поворачивается в воздухе. Если корпус поворачивается раньше времени, то вместо *entrelacé* получается сначала поворот, а затем перепрыжка с одной ноги на другую. Заканчивая прыжок, следует держать корпус подтянутым и лишь в последний момент передать его вперед на опорную ногу на *demi plié*. В начале изучения полезно оканчивать *jeté entrelacé* на вторую четверть с руками в III позиции и только на третью и четвертую четверти передавать корпус вперед и опускать руки в I *arabesque*.

Голова во время шага назад (если движение идет из точки 2 в точку 6) поворачивается в точку 2 и при броске ноги вперед повернута через правое плечо, а затем вместе с поворотом корпуса снова поворачивается в точку 2.

Руки, опускаясь со II позиции вниз и поднимаясь в прыжке вверх, должны быть упругими, сильными и активно помогать прыжку.

2. *Jeté entrelacé* с шага по прямой снизу вверх. Размер $2/4$. Встать в точку I на левую ногу, правая нога вытянута на *scoisé* сзади носком в пол, правая рука вытянута вперед, левая — на II позиции, кисти в положении *arabesque*, голова и взгляд устремлены за правой рукой. За тактом — *demi plié* на левой

ноге, правая поднимается на 45° , корпус наклоняется вперед к опорной ноге, руки, закругляя кисти, раскрываются на II позицию, голова поворачивается к левому плечу. На первую четверть широким шагом перейти с носка на правую ногу на *demi plié* и, оттолкнувшись для прыжка, выбросить левую ногу по I позиции вперед на 90° в точку 5. Одновременно с *passé* по I позиции руки опускаются вниз и поднимаются в III позицию (берут форс для прыжка), корпус подтягивается вверх. В прыжке к левой ноге выбрасывается правая и как бы переплетается с ней в воздухе, корпус поворачивается в прыжке, голова повернута к зрителю и только в последний момент следует за поворотом корпуса. На вторую четверть прыжок заканчивается в точку 1 на левой ноге на *demi plié*, правая вытянута сзади на 90° ; руки остаются в III позиции, голова повернута налево, фигура слегка повернута в *épaulement croisé*.

Для повторения движения корпус слегка наклоняется вперед на опорную ногу, руки из III позиции раскрываются на II, затем опускаются вниз и берут форс для следующего прыжка.

3. *Jeté entrelacé* с *chassé*. Законченная форма. *Pas chassé* (см. ниже) принадлежит к прыжковым движениям с сильным отрывом от пола. Однако в данном случае *pas chassé* является проходящим движением, подходом к большому прыжку и делается с минимальным отрывом от пола, позволяющим в прыжке лишь вытянуть пальцы. Некоторые педагоги называют этот подход *glissade*, *soutenu* и т. п., но термин *chassé* наиболее полно выражает сущность этого короткого *pas*.

Размер $2/4$. Движение по диагонали из точки 2 в точку 6. Встать на правую ногу в точку 2, левая вытянута на *effacé* сзади, носком в пол; руки в положении II или I *arabesque*. За тактом — *demi plié*, левая нога поднимается на 45° , корпус наклоняется вперед к опорной ноге. Затем широким шагом перейти на левую ногу, подтянуть в прыжке правую в V позицию вперед, продвигаясь по диагонали (делая *chassé*) вверх.¹ Корпус выпрямляется и следует за продвижением ног, развернувшись по диагонали правым плечом в точку 2, левым — в точку 6. Руки из *arabesque* отводятся на II позицию, голова и взгляд направлены через правое плечо в точку 2. Проскользнуть как можно дальше (это дает хороший разбег для *jeté*), раскрыть кисти, повернуть их ладонями вниз, сделать шаг на левую ногу и на первую четверть выбросить правую ногу вперед на 90° в точку 6, прыгнуть, выбросив к правой и левую ногу. Руки опускаются вниз перед прыжком и берут форс, быстро поднимаясь в III позицию в момент прыжка. Повернув в воздухе корпус, на вторую четверть опуститься на правую ногу на *demi*

¹ Соединяя ноги в V позиции, нельзя заводить правую ногу за левую, как бы перешагивая за нее, что встречается при небрежном исполнении *chassé*.

plié в I arabesque в точку 2. Отсюда движение повторяется. (Подробное описание исполнения jeté entrelacé см. в первом примере «Jeté entrelacé с шага»).

Jeté entrelacé по кругу. Исполняется так же, как и jeté entrelacé с chassé, но по кругу. Если движение идет в правую сторону, его начинают из точки 8 мимо точек 1, 2, 3, 4, 5 и т. д. до точки 8 или, пройдя по кругу до точки 6, поворачиваются спиной в точку 2, продолжая движение вниз по диагонали.

Правила исполнения jeté entrelacé по кругу. При разбеге chassé и шаге корпус с ровными плечами обращен к наружной части круга, то есть к стенам зала, мимо которых идет продвижение; руки открыты на II позицию; голова и взгляд направлены к левому плечу (если движение идет в правую сторону).

После каждого jeté entrelacé положение всей фигуры в arabesque профильное по отношению к стенам зала.

После прыжка позу arabesque не следует смазывать, остановка фиксируется.

Соблюдая квадратность музыкальной фразы, при трехдольном вальсовом размере надо исполнить восемь jeté entrelacé на шестнадцать тактов.

Поворот на диагональ из точки 6 в точку 2 происходит после пятого jeté entrelacé, во время разбега, и шестого jeté. Седьмым и восьмым jeté диагональ заканчивается. При исполнении последних трех jeté фигура повернута спиной в точку 2.

Jeté entrelacé двойное. Это труднейшее виртуозное раздупно особо одаренным танцовщикам с сильной техникой.

Исполняется с предварительного разбега-chassé с двойным поворотом в воздухе во время прыжка. Начинается из точки 2 по диагонали вверх в точку 6. Когда после chassé, оттолкаясь для прыжка от пола, правая нога выбрасывается вперед на 90° в точку 6, левая нога быстро присоединяется в воздухе к правой. Корпус откидывается назад настолько, что вся фигура от головы до вытянутых ступней принимает в воздухе ровное горизонтальное положение. Руки поднимаются в III позицию, форс и управление поворотом принимает на себя правая рука. Корпус, не теряя горизонтального положения, делает двойной поворот в воздухе. При этом следует поворачивать плечи: отвести назад левое плечо и выдвинуть вперед правое. Спина и бедра предельно подтянуты. Остановка после прыжка на правой ноге на demi plié в точку 2 в позу I arabesque.

Правила исполнения chassé и начала jeté остаются те же, что и в простом jeté entrelacé.

Jeté entrelacé сложное, комбинированное. Встать в точку 8 на правую ногу, левая вытянута на croisé сзади носком в пол; левая рука вытянута вперед, правая — в сторону. Demi plié на

правой ноге, левая поднимается на 45° , исполнить *chassé* по диагонали вверх к точке 4, правое плечо повернуто к точке 8, левое — к точке 4, голова тоже повернута в точку 8. Подтягиваясь на *chassé* в V позицию, правую ногу следует держать впереди. Шаг на левую ногу, правая, как и в простом *jeté entrelacé*, выбрасывается вперед на 90° в точку 4; руки, взяв форс со II позиции, быстро поднимаются в I позицию. В это время левая нога быстро выбрасывается к правой, присоединяясь к ней в воздухе сзади. Корпус делает двойной поворот в воздухе, при этом левое плечо отводится назад.

Остановиться лицом в точку 2 на правой ноге на *demi plié*, вытянутую левую ногу выбросить на *croisée* вперед на 90° , правую руку из I позиции раскрыть в III, левую — на II.

Правила исполнения сложного *jeté entrelacé*. Разучивая это *pas*, необходимо следить за двойным поворотом в воздухе, хотя мы видим, что остановка в позе *croisée* вперед в точку 2 как бы прерывает вторую часть поворота. Определяя его детально, следует помнить, что происходит только полтора поворота. Уловить силу форса на полтора поворота чрезвычайно трудно. Беря форс на один поворот, мы рискуем не «вернуться». Поэтому надо брать форс на двойной поворот и умело «затормозить» себя в нужный момент. Корпус из горизонтального положения на повороте в воздухе выпрямляется на *demi plié* в позе *croisée* вперед. Руки, упругие и сильные в I позиции, раскрываясь в позу *croisée*, не теряют упругости и дают устойчивость остановке.

Форс дает правая рука. Голова, перед прыжком повернутая к зрителю в точку 8, при повороте в воздухе держится прямо и в заключительной позе *croisée* отчетливо поворачивается к левому плечу.

Jeté entrelacé battu (с заноской). Исполняется по всем правилам простого *jeté entrelacé* с предварительным разбегом *chassé*. Если движение идет по диагонали из точки 2 в точку 6 и на большом прыжке выбрасывается вперед (в точку 6) правая нога, то левая, соединяясь с ней на высоте 90° , ударяет правую сзади, переносится вперед, затем назад и после поворота корпуса отбрасывается назад в позу *arabesque*.

Усложняя заноску, следует делать двойной перенос: вперед, назад, вперед, назад. Как и все заноски, эти переносы исполняются с двумя вытянутыми ногами.

GRAND JETÉ-PAS DE CHAT. Это большое комбинированное *pas* появилось на сцене сравнительно недавно (лет двадцать назад) и лишь в последние годы включено в школьную программу классического танца.

В некоторых вариациях *jeté-pas de chat* как более эффект-

ное заменило сейчас большое pas de chat назад. Заменило, но не вытеснило — оба эти движения изучаются и применяются в танце.¹

Jeté-pas de chat может исполняться как цепь непрерывных больших прыжков по диагонали, а также комбинироваться с другими прыжками по диагонали, по прямой линии и по кругу. Jeté-pas de chat не изучается прямо из V позиции, ему всегда предшествует pas glissade или coupé.

Grand jeté-pas de chat по диагонали. Встать в V позицию épaulement croisé, левая нога впереди. Движение из точки 6 в точку 2 плана класса. Сделать короткий glissade без перемены ног правой ногой вперед по диагонали, слегка приоткрыв и опустив руки вниз.

Оттолкнуться с demi plié двумя ногами для прыжка. В момент прыжка правая нога с сильно вытянутыми пальцами подтягивается в невыворотном положении носком к колену левой ноги, не задерживается и вытянутой выбрасывается вперед на 90°. Именно в этот момент левая нога должна быть уже вытянута в воздухе назад на 90°.

Одновременное раскрытие ног в воздухе и предельная задержка их на высоте 90° являются кульминацией этого прыжка вместе с сильным продвижением вперед за носком правой ноги. Правая рука через первую позицию раскрывается в III, левая на II позицию в форме, присущей arabesques.

Прыжок заканчивается на demi plié, причем первой опускается на пол правая нога, а левая, с едва заметной задержкой, приходит в V позицию вперед. (Это определяет только точное положение ног на полу, но оно не фиксируется, так как едва левая нога соприкасается с полом, как сразу же отталкивается как от трамплина (coupé) для следующего jeté-pas de chat.)

Правила исполнения jeté—pas de chat. Первый glissade является как бы разбегом для большого jeté-pas de chat, последующие jetés делаются с коротким толчком от пола (coupé). Coupé должно быть настолько быстрым и собренным, что момент соприкосновения с полом почти неуловим для глаза. Танцующий как бы летит над полом, устремляясь по воздуху вперед, что достигается предельным раскрытием ног с напряженными мышцами и задержкой ног в воздухе, по форме напоминающей шпагат.

Сила инерции в jetés настолько велика, что исполнение их идет с нарастанием: второе jeté сильнее первого, третье сильнее второго и т. д.

¹ Jeté-pas de chat используется во многих советских балетах: «Ромео и Джульетта», «Лауренсия», «Бахчисарайский фонтан» и др.

К моменту изучения этих *jetés* (8 класс) владение корпусом и спиной настолько подготовлено, что в прыжках следует указывать ученикам только на сильную передачу корпуса вперед. Прямой или откинутый назад корпус будет препятствовать в прыжке продвижению вперед.

При исполнении *jetés-pas de chat* подряд руки не опускаются вниз, а остаются в положении, которое они приняли на первом прыжке, и делают в воздухе лишь едва заметный взмах.

GRAND JETÉ EN TOURNANT. Эти *jetés* исполняются в позы *attitude croisée*, *attitude effacée*, III и I *arabesques*. Как и все большие *jetés*, они делаются в направлении *croisé* вперед, в направлении *effacée* вперед, по диагонали и по кругу.

Вспомогательные подходы к прыжку — *sissonne tombée-coupée*, *sissonne-coupée*, *coupé*.

Grand jeté en tournant в attitude croisée с приема sissonne tombée-coupée. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении.

За тактом — *demi plié* и прыжок *sissonne tombée* вперед в IV позицию *croisé*, оканчивающийся на первую четверть.¹ Центр тяжести корпуса передается вперед на правую ногу на *demi plié*, левая нога, вытянутая сзади, находится на всей ступне. Правая рука на I позиции, левая — на II, голова поворачивается направо. Между первой и второй четвертью — *coupé* и *grand jeté en tournant*, оканчивающееся на вторую четверть.

Исполняя *coupé*, следует быстро подтянуть левую ногу к правой сзади в положение *sur le sou-de-pied* и подставить на *demi plié*, как бы «сталкивая» правую, которая, полусогнутая, отделяется от пола на 45° вперед. Одновременно корпус поворачивается на *effacé* в точку 2, руки упруго соединяются в I позиции, голова поворачивается налево. В прыжке *jeté* правая нога, вытягиваясь, выбрасывается вперед на 90° и, описывая в воздухе дугу в правую сторону, опускается на *demi plié*. В прыжке левая рука раскрывается в III, правая — на II позицию. Остановка в *attitude croisée*.

На первую четверть второго такта исполнить *assemblé*, соединив ноги в V позиции на *demi plié*, и опустить руки в подготовительное положение. На вторую четверть вытянуть колени. Движение повторяется несколько раз.

В дальнейшем после *assemblé* может быть исполнен *royale*, *entrechat-quatre*, *entrechat-six* и ряд других прыжков, после которых следует повторение *jeté en tournant* с правой или с левой ноги.

¹ Подробное описание *sissonne tombée* см. в разделе «*Sissonne*».

Правила исполнения *grand jeté en tournant* в *attitude croisée* с приема *sissonne tombée-coupée*. В заключении *sissonne tombée* корпус должен иметь наклон вперед на опорную правую ногу. В *coupé*, передавая корпус на левую ногу, следует в положении *effacé* слегка откинуть его налево. Эта сложная передача центра тяжести корпуса с одной ноги на другую, быстрый наклон корпуса вперед, а затем налево при сильной втянутости спины и ягодичных мышц дают необходимую предпосылку для поднятия корпуса в прыжке наверх и поворота его в воздухе. Основным моментом для прыжка является толчок от пола (*coupé*).

Прыжок *jeté en tournant* должен исполняться: а) наверх, б) с поворотом в воздухе и в) с пролетом вперед.

Эти три требования необходимо предъявлять к прыжку в равной степени. (Ошибкой первоначального исполнения обычно бывает прыжок с поворотом в воздухе, но без продвижения вперед). Существенную помощь для правильного исполнения оказывают движения рук и головы, неразрывно связанные с движением корпуса. Руки, упруго соединенные на *coupé* в I позиции, в *jeté* сильным движением раскрываются в III и II позицию, и именно в момент поворота корпуса левым плечом вперед следует левую руку, поднятую в III позицию, продвинуть вперед, помогая не только повороту корпуса, но и продвижению его вперед. Голова, повернутая на *coupé* налево, в прыжке *jeté* быстро поворачивается направо, также содействуя повороту в правую сторону.

Оканчивая *jeté* в *attitude croisée*, необходимо удерживать корпус на *demi plié* в правильном положении. Форс руками, поворот головы и корпуса в правую сторону могут привести в заключении прыжка к нежелательному наклону корпуса в правую сторону и даже к потере равновесия. Во избежание этого, опускаясь на *demi plié*, следует для удержания корпуса сильно подтянуть левый бок и бедро.

Grand jeté en tournant в *attitude effacée* с приема *sissonne tombée-coupée*. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. Сделать *demi plié* и *sissonne tombée* вперед в точку 2 в IV позицию *effacé*. Корпус передается на правую ногу на *demi plié* и наклоняется вперед, плечи ровные; правая рука в I позиции, левая на II, голова и взгляд направлены к правой руке. Левая нога делает короткое *coupé* и опускается на *plié* сзади правой, правая нога отделяется от пола в полусогнутом положении вперед на 45°; корпус, оставаясь в положении *effacé*, откидывается назад и влево; руки соединяются в I позиции, голова поворачивается налево. Прыжок, *jeté en tournant*, правая нога выбрасывается вперед на 90°, левая рука раскрывается в III, правая — на II позицию, голова поворачивается направо.

Повернуться в воздухе в правую сторону на полный круг и, пролетев вперед в направлении точки 2, остановиться на правой ноге в *attitude effacée* на *demi plié*.

Правила исполнения и распределение на музыкальные четверти те же, что и в *grand jeté en tournant* в *attitude croisée*. Но поворот в воздухе в данном случае несколько больше, чем в прыжке в *attitude croisée*.

Grand jeté en tournant в *attitude croisée* с приема *sissonne-coupée*. Размер $\frac{4}{4}$. Встать на правую ногу лицом в точку 1, вытянув левую на *croisée* назад носком в пол; левая рука вытянута вперед, правая — в сторону, кисти в положении *arabesque*, взгляд направлен через левую руку.

За тактом — *demi plié* и небольшой прыжок¹ (вытянутая левая нога слегка отделяется от пола); корпус наклоняется вперед, левая рука закругляется в I, правая — во II позицию; голова поворачивается направо. На первую четверть, углубив *demi plié*, широким шагом перейти с носка на левую ногу на *demi plié*; голова остается повернутой направо, руки свободным движением раскрываются на II позицию; корпус немного отводится левым плечом назад, оставаясь в ракурсе *croisé*. Между первой и второй четвертью — *coupé*: правая нога подставляется на *plié* сзади левой и дает толчок от пола для прыжка, руки, опускаясь вниз, быстро переводятся в I позицию. Выбросив левую ногу вперед на 90°, сделать прыжок *jeté en tournant*. Правая рука раскрывается в III, а левая — на II позицию, корпус поворачивается правым плечом вперед, а голова налево. На вторую четверть опуститься на левую ногу в *attitude croisée* на *demi plié*. На третью четверть сделать *assemblée*, соединив ноги в V позиции на *demi plié*. На четвертую четверть можно сделать шаг правой ногой вперед в исходное положение, левая нога на *croisé* сзади, и повторить движение еще раз или сделать шаг на левую ногу и исполнить *jeté* с другой ноги. С этого приема исполняется и *jeté en tournant* в III *arabesque*. (Правила исполнения см. в примере *grand jeté en tournant* в *attitude croisée* с приема *sissonne tombée-coupée*).

Grand jeté en tournant по кругу. Обычно эти *jetés*, исполняемые в *attitude effacée*, включаются в конец вариаций и чаще всего в *coda*.

Прежде чем перейти к исполнению *grands jetés en tournant* по кругу, рекомендуется изучить их по диагонали сверху вниз с приема, применяемого и при исполнении вокруг зала.

Изучая *jetés* с поворотом в правую сторону, встать на диагональ из точки 6 в точку 2. Первое *jeté* сделать с приема *sissonne tombée-coupée* на *effacé*, описанное в *grand jeté en tournant* в *attitude effacée*. Затем после остановки на правой ноге в *atti-*

¹ По форме этот прыжок следует отнести к группе *sissonne*.

tude effacé надо сделать короткое sauté левой ногой, подставив ее сзади правой и, не задерживаясь, повторить jeté en tournant. В этом sauté центр тяжести корпуса быстро передается на левую ногу, как при исполнении sauté после saut de chat. Руки, раскрываясь с attitude через II позицию, быстро переводятся на sauté снизу в I позицию и упругим движением, оказывая помощь прыжку, раскрываются в воздухе в позу. Второе jeté закончить assemblé.

Усложняя движение, исполнить первое jeté с saut de chat sauté и два последующих с sauté. Постепенно увеличивая количество jetés, следует довести их до восьми подряд и только после этого перейти к исполнению по кругу.

Правила исполнения grand jeté en tournant. Каждое sauté должно быть предельно коротким по времени и с сильным толчком от пола, подчеркивающим jeté с задержкой (с баллоном) в воздухе. Собранные мышцы ног, спины, владение руками и повороты головы крайне важны для этих jetés.

Необходимо следить за корпусом в момент поворота в воздухе и приземления в attitude effacée. При исполнении большого количества jetés с sauté подряд корпус невольно начинает отклоняться в правую сторону (если jetés делаются с поворотом направо). Часто приходится наблюдать, как танцующий, исполняя jetés en tournant по кругу, летит в воздухе с наклоном всей фигуры к центру зала под углом 80—90°, тем самым приближая свое исполнение к замысловатому, но отнюдь не художественному акробатическому трюку. И если в некоторых случаях такое исполнение допускается на сцене и даже является индивидуальной особенностью танцовщика, оно не может быть общим правилом и примером для изучения этого pas. Чтобы избежать нежелательного наклона корпуса, прежде всего необходимо правильно держать ногу, согнутую сзади в attitude. Малейшее отведение верхней части ноги в сторону (распущенность бедра) сразу отражается на положении корпуса. Левая рука также не должна оттягиваться в сторону и назад. Подобранное бедро и бок левой ноги, небольшая подтянутость всей правой стороны корпуса навстречу этим jetés дадут им должную форму.

Исполнение jetés по кругу в правую сторону начинается из точки 8, в левую из точки 2.

Характер jetés экспрессивный, динамичный.¹

Пример комбинации с grand jeté en tournant. Четыре такта по 4/4. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

¹ Grand jeté en tournant по кругу встречаются в балетах «Щелкунчик» (coda), «Лауренсия» (вариация, 3-я часть), «Дон Кихот» (последний акт, coda).

Первый такт: *sissonne tombé* вперед в IV позицию на *croisé, coupé* и *grand jeté en tournant* в *attitude croisée*. Закончить *assemblé, entrechat-six*.

Второй такт: повторить то же с левой ноги.

Третий такт: с правой ноги в точку 2 *sissonne tombé* в IV позицию на *effacé, coupé, grand jeté en tournant* в *attitude effacée, coupé* и второе *jeté en tournant* в *attitude effacée*. Закончить *assemblé* в V позицию, левая нога впереди.

Четвертый такт: с левой ноги по прямой линии налево *sissonne tombée, pas de bourrée*. Закончить в V позицию, правая нога впереди, *relevé* в V позицию на полупальцы, *demi plié* и два тура в воздухе в правую сторону.

JETÉ PAR TERRE EN TOURNANT. Само название *jeté par terre* говорит о том, что оно не относится к большим воздушным прыжкам. Устремленный в длину прыжок, распластаный над полом корпус, динамичное стремление вперед, направленное к преодолению большого пространства, — все это является характерной особенностью *jeté par terre*.

Состоит оно из двух элементов: скользящего партерного прыжка без отрыва от пола и невысокого воздушного прыжка *en tournant*.

Исполняемое по прямой линии, по диагонали и по кругу в правую и в левую сторону *jeté par terre* часто встречается в конце вариаций и *coda*.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{2}{4}$. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Исходное положение — V позиция *épaulement effacé*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. За тактом сделать *demi plié* и, оттолкнувшись левой ногой от пола, выбросить правую скользящим широким движением без отрыва от пола вперед в точку 2. На первую четверть упасть на правую ногу на *plié*; левая нога поднимается сзади не выше $10-15^\circ$; корпус резко наклоняется вперед, как бы распластываясь низко над полом; правая рука, проходя через I позицию, вытягивается вперед, левая — в сторону (I *agabesque*), взгляд следует за правой кистью. Между первой и второй четвертью — воздушный прыжок, заканчивающийся на вторую четверть и исполняемый из положения *agabesque* над полом. Для этого левую ногу следует подтянуть сзади к правой; соединяя ноги в прыжке в V позиции. Этот прыжок делается с полным поворотом в воздухе и заканчивается на левой ноге на *demi plié*, правая *sur le cou-de-pied* впереди. Корпус принимает в прыжке вертикальное положение и в заключении поворота обращен в точку 2 в положении *effacé*; руки, помогая повороту корпуса, быстро переходят, «подхватываются» снизу в невысокую I позицию; голова при

начале поворота в воздухе повернута через левое плечо в точку 2, в конце поворота находится в прямом положении к точке 2 и в заключительный момент на *demi plié* поворачивается налево. Движение делается несколько раз подряд, причем скользящий партерный прыжок выполняется правой ногой из положения *sur le cou-de-pied* впереди.

2. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Исполняется так же, как и в предыдущем примере, но на одну четверть приходится каждое *jeté par terre*.¹ Скользящий прыжок начинается за тактом и оканчивается на первую четверть; воздушный прыжок с поворотом выполняется между первой и второй четвертью и тотчас продолжается следующее *jeté*. Таким образом, акцент движения падает на первую половину *jeté*, на *раз*, что и необходимо подчеркивать. Если берется фраза из четырех тактов по $\frac{2}{4}$, то на нее исполняется восемь *jetés*, причем допустимо на восьмом *jeté* остановиться в позе распластанного *arabesque* без поворота в воздухе. Такую же или двойную музыкальную фразу можно закончить после седьмого или пятнадцатого *jeté* переходом в любую позу на правую ногу (если движение идет в правую сторону).

Общепринято заканчивать *jetés par terre* стремительными *chaînés*, а также комбинировать их с *grands jetés en tournant*.

Правила исполнения *jeté par terre en tournant*. В этом *jeté* особенно необходимо владеть мышцами спины в момент, когда корпус в скользящем прыжке передается на опорную ногу и вся фигура (поза) принимает горизонтальное положение. Поясница, мышцы живота и желудок сильно подтянуты.

Плечи должны быть совершенно ровными. Недопустимо отставание левого плеча, если скользящее *jeté* делается на правую ногу, и правого плеча, если *jeté* делается на левую ногу.

При втором воздушном прыжке корпус активно выпрямляется и поворачивается с подтянутыми бедрами в строго вертикальном положении.

Руки и голова энергично помогают повороту в воздухе. Если поворот делается в правую сторону и форс берет левая рука, то в заключении поворота следует отвести назад правое плечо; если в левую сторону (форс берет правая рука), — назад отводится левое плечо.

JETÉ PAR TERRE ВОЗДУШНОЕ. Это *jeté* является разновидностью партерного *jeté*. К его изучению значительно легче перейти после того, как усвоены правила исполнения *jeté par*

¹ Скользящий прыжок начинается без предварительного *épaulement effacée*, прямо с *épaulement croisée*.

terre. Оно также состоит из двух элементов: воздушного *jeté* и *couré en tournant*. Исполняется во всех направлениях и по кругу.

Музыкальный размер и акцент движения аналогичны *jeté par terre*. Начиная движение из V позиции с правой ноги по диагонали из точки 6 в точку 2, сделать невысокое легкое *jeté* в I *arabesque*, сначала скользнув носком по полу, и, пролетев по воздуху вперед, на секунду задержаться на *plié*. Корпус распластан над полом, левая нога поднята в пределах 45°. Затем, закрывая руки в подготовительное положение, выпрямляя и поворачивая направо корпус, подставить в повороте левую ногу на *plié* сзади правой (*couré en tournant*); правая нога принимает положение *sur le cou-de-pied* впереди; корпус поворачивается в момент *couré* и в заключении находится в *épaulement effacé* к точке 2. Отсюда сразу же исполняется следующее *jeté* и т. д.¹

Правила исполнения *jeté par terre* воздушного. Воздушный прыжок, начинающийся за тактом, всегда акцентируется на музыкальную четверть на *plié*. *Couré en tournant* и начало следующего прыжка происходят на восьмую между четвертями.

Couré, дающее толчок от пола и исполняемое во время поворота, должно носить быстрый и непринужденный характер и подчеркивать исполнение воздушного *jeté*.

Руки, упруго соединяясь внизу и активно помогая повороту, раскрываются в позу на *jeté* через проходящую I позицию.

Голова и взгляд во время *couré* направлены через левое плечо (если движение исполняется с правой ноги в точку 2 или по кругу). При исполнении в левую сторону — через правое.

Бросок ноги при исполнении *jeté* необходимо каждый раз делать в строго намеченном направлении по диагонали, по прямой линии или по кругу.

Sissonne

Sissonnes — прыжки с двух ног на одну, подразделяющиеся на маленькие и большие.² К маленьким относятся: *sissonne simple*, *sissonne ouverte*, *sissonne fermée*, *sissonne tombée*; к большим — *sissonne ouverte* на 90°, *sissonne fondue*, *sissonne tombée* на 90°, *sissonne renversée*, *sissonne soubresaut*. Ряд перечисленных *sissonnes* может исполняться *en tournant* и с *battu* (с заноской).

¹ Эти *jetés* можно исполнять и в маленький *attitude effacée*.

² Исключениями являются *sissonne fermée*, *sissonne tombée* и *sissonne fondue*, когда прыжок заканчивается на две ноги.

Изучение *sissonne* начинается в 1-м классе с *sissonne simple*, сначала у палки (несколько дней), затем на середине зала.

SISSONNE SIMPLE (ВПЕРЕД). Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция en face, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью оттолкнуться пятками от пола и прыгнуть наверх, ноги соединены вместе, колени и пальцы сильно вытянуты. На вторую четверть опуститься на *demi plié* на левую ногу, правая сгибается в положение условного *sur le cou-de-pied* впереди. На третью четверть правая нога опускается в V позицию на *demi plié*. На четвертую четверть колени выпрямляются. Движение повторяется не менее четырех раз, после чего выполняется с другой ноги, а затем в обратном направлении. (Опускаясь после прыжка на *demi plié*, согнуть в положение *sur le cou-de-pied* сзади ногу, находящуюся в исходном положении в V позиции сзади.)

2. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью — прыжок. На вторую четверть опуститься на *demi plié* на левую ногу, согнув правую *sur le cou-de-pied* впереди. В заключении прыжка правая рука на I, левая на II позиции,¹ голова повернута направо. На третью четверть, скользя носком правой ноги вперед по полу, исполнить *assemblé*, соединив ноги в V позиции на *demi plié*. Руки опускаются в подготовительное положение. На четвертую четверть вытянуть колени. То же самое выполняется с другой ноги, затем с правой и с левой ноги назад.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом *demi plié* и прыжок, оканчивающийся на первую четверть на *demi plié*. Между первой и второй четвертью — *assemblé*, оканчивающееся на *demi plié* на вторую четверть. Отсюда движение повторяется нужное количество раз.

Правила исполнения *sissonne simple*. *Demi plié* перед прыжком *sissonne* должно быть с напряженными мышцами ног. Колени выворотны и направлены в сторону носков. Пятки нажимают в пол и дают толчок для прыжка. Корпус прямой, с подтянутой спиной и ягодичными мышцами.

Demi plié после прыжка эластичное, напоминающее *demi plié* в *fondue*. Опускаться в *plié* с прыжка необходимо с вытянутого носка на пятку с прямым и подтянутым корпусом.

¹ По заданию педагога в I позиции может быть левая рука, а во II — правая.

Останавливаясь на *demi plié* на одной ноге (вторая согнута *sur le cou-de-pied*), следует в равной мере выворотню раскрыть обе ноги.

Руки поднимаются в прыжке в невысокую I позицию и в заключении прыжка принимают заданную позу.

Заключительное *assemblé* выполняется следующим образом: из положения *sur le cou-de-pied* скользнуть носком по полу и в прыжке, соединив обе ноги в V позицию в воздухе, опуститься на *demi plié*.

SISSONNE OUVERTE. *Sissonne ouverte* (открытый *sissonne*) — прыжок в маленькие и большие позы, в заключении которого одна из ног открывается на 45° или на 90°.

Маленькие *sissonnes ouvertes* выполняются с прыжком на месте и *en tournant*; большие — с прыжком на месте (наверх), с продвижением во всевозможных направлениях, с полуповоротами, с полным поворотом, *en tournant* и с заносками (*battu*). Изучение начинается с простейшей формы: *sissonne ouverte* носком в пол в сторону II позиции.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *en face*, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью — прыжок. На вторую четверть опуститься на *demi plié* на левую ногу, правая через проходящее *cou-de-pied* впереди раскрывается в сторону II позиции носком в пол. Между второй и третьей четвертью, оттолкнувшись пяткой левой ноги и слегка приподняв правую от пола, исполнить *assemblé*, соединив ноги в воздухе в V позицию, правая нога сзади. На третью четверть опуститься в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади. На четвертую четверть вытянуть колени.

Повторить движение с другой ноги. Исполняя движение в обратном направлении, следует открывать через проходящее *cou-de-pied* сзади ногу, находящуюся в V позиции сзади; заканчивая *assemblé*, нога со II позиции ставится в V позицию вперед.

Точно так же изучается *sissonne ouverte* вперед, затем назад. После этого вводится *épaulement* и движение рук. Перед началом *sissonne ouverte* следует стоять в V позиции в положении *épaulement*. За тактом приоткрыть руки в сторону и, соединив их на *demi plié* в подготовительном положении, приподнять в прыжке в I позицию на полувысоту. В заключении прыжка руки открываются на II позицию на полувысоту, в *assemblé* опускаются в подготовительное положение. Исполняя *sissonne ouverte* в сторону с открыванием ноги через *cou-de-pied* впереди, следует в заключении повернуть голову к опорной ноге. При исполнении в обратном направлении голова поворачивается



ВАРИАНТ ПОЗЫ ECARTÉE НАЗАД



GRAND JETE В ПОЗЕ II ARABESQUE



ДУЭТ

в сторону открытой ноги. При исполнении вперед и назад голова en face.

Sissonne ouverte на 45°. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди. За тактом приоткрыть руки в сторону. На первую четверть сделать demi plié, соединив руки в подготовительном положении. Между первой и второй четвертью прыгнуть, приподняв руки в I позицию на полувысоту. На вторую четверть опуститься на demi plié на левую ногу, правая через проходящее sou-de-pied впереди, не задерживаясь, открывается в сторону на 45°, руки раскрываются на II позицию на полувысоту, голова поворачивается налево. Между второй и третьей четвертью, оттолкнувшись левой пяткой от пола, исполнить assemblé, соединив ноги в V позицию в воздухе (правая нога сзади), и закрыть руки в подготовительное положение. На третью четверть опуститься на demi plié, правая нога сзади, голова повернута налево. На четвертую — вытянуть колени.

Точно так же изучается *sissonne ouverte на 45° вперед, назад*, а затем в маленькие позы croisée, effacée, écartée вперед и назад.

Sissonne ouverte на 45° в позу croisée вперед. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди. За тактом приоткрыть руки, сделать demi plié и прыгнуть. На первую четверть прыжок заканчивается на demi plié на левой ноге, правая через проходящее sou-de-pied открывается на croisé вперед на 45°, правая рука на I, левая на II позиции, голова повернута направо.¹ Между первой и второй четвертью исполнить assemblé, соединив ноги в воздухе, и закончить его на вторую четверть в V позицию на demi plié. Отсюда движение повторяется.

Правила исполнения *sissonne ouverte*. Кроме общих правил, изложенных в предыдущих разделах прыжков, типичной для всех видов *sissonne ouverte* является остановка после прыжка на demi plié на одной ноге, другая вытянута на 45°.

Основная ошибка — открывание работающей ноги в тот момент, когда опорная нога после прыжка уже находится на demi plié. Для правильного исполнения необходимо, чтобы в момент возвращения после прыжка на одну ногу на plié вторая нога уже была вытянута в заданном направлении.

Открывание ноги должно происходить без задержки на sou-de-pied и являться проходящим моментом.

В заключительном assemblé нога, открытая на 45°, должна подтягиваться к опорной, соединяясь с ней в воздухе, а затем

¹ По заданию педагога в I позиции может находиться левая рука, на II позиции — правая.

на *demi plié* в V позиции. Ошибкой будет подтягивание опорной ноги к ноге, открытой на 45°, и связанное с этим перемещение корпуса. *Assemblé* должно заканчиваться на одном месте.

Изучая *sissonne ouverte*, не следует пренебрегать последующим прыжком *assemblé* и относиться к нему как к чему-то второстепенному. Если *sissonne ouverte* является первым прыжком, то второй прыжок (*assemblé*) не должен быть слабее первого, так как эта форма заключительного *assemblé* благотворно отражается на развитии прыжка.

Пример комбинации на sissonne ouverte. Четыре такта по $\frac{4}{4}$.

Первый такт. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть с правой ноги сделать *sissonne ouverte croisé* вперед. На вторую — *assemblé*. На третью четверть — с правой ноги *sissonne ouverte effacé* назад. На четвертую — *assemblé*, оканчивающееся в V позицию, правая нога сзади.

Второй такт. На первую четверть с левой ноги — *sissonne ouverte* в сторону II позиции. На вторую — *temps levé*. На третью четверть — *pas de bourrée dessous en tournant*. На четвертую — *royale*.

Третий такт. На первую четверть — с левой ноги *sissonne ouverte croisé* назад. На вторую — *assemblé*. На третью четверть — с левой ноги *sissonne ouverte effacé* назад. На четвертую — *assemblé*, оканчивающееся в V позицию, левая нога впереди.

Четвертый такт. На первую четверть — с правой ноги *sissonne ouverte* в сторону II позиции. На вторую — *temps levé*. На третью четверть — *pas de bourrée dessus en tournant*. На четвертую — *entrechat-quatre*. Комбинация повторяется с другой ноги.

SISSONNE OUVERTE EN TOURNANT. Исполняется с поворотом в воздухе *en dehors* в маленькие позы *croisée* вперед, *effacée* вперед и *écartée* назад; с поворотом *en dedans* — в позы *croisée* назад, *effacée* назад и *écartée* вперед. В сторону II позиции исполняется *en dehors* и *en dedans*.

Первоначальное изучение с поворотом en dehors. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié*, правая рука поднимается в I позицию, левая — на II, голова поворачивается *en face* в точку 8 (*préparation*). Между первой и второй четвертью прыгнуть вверх с поворотом в правую сторону (*en dehors*). В момент толчка от пола левая рука соединяется в I позиции с правой и дает форс для поворота; голова в начале поворота повернута через левое плечо в точку 8 и в заключении снова поворачивается к зеркалу. На вторую четверть опу-

ститься на левую ногу на *demi plié*, открыв правую через проходящее *sou-de-pied* впереди в сторону II позиции на 45°; руки открываются на II позицию на полувысоту. На третью четверть исполнить *assemblé*, соединив ноги в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади. На четвертую четверть вытянуть колени.¹

Точно так же изучается *sissonne ouverte en tournant* во все маленькие позы.

Sissonne ouverte en tournant на 45° в позу effacée вперед. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, повернув голову *en face* в точку 8 плана класса и подняв правую руку в I, левую — на II позицию (*préparation*); прыгнуть вверх с поворотом в правую сторону (*en dehors*), соединив руки в I позиции. На первую четверть опуститься на левую ногу на *demi plié*, открыв правую через проходящее *sou-de-pied* спереди в *effacé* вперед на 45°; фигура в позе *effacée* в точку 2, плечи ровные, правая рука раскрывается на II позицию, левая — на I, голова поворачивается налево. Между первой и второй четвертью — *assemblé*, заканчивающееся на вторую четверть в V позицию, правая нога сзади на *demi plié*; руки опускаются в подготовительное положение, голова повернута налево.

Правила исполнения *sissonne ouverte en tournant*. Этот прыжок делают с полным поворотом в воздухе, соединив ноги в V позиции, и лишь в последний момент при опускании с прыжка на *demi plié* одна нога переходит в воздухе в положение проходящего *sou-de-pied*, не задерживается и вынимается в заданном направлении.

Прыжок должен начаться *en face*, то есть в ту точку, в которую сделано предварительное *demi plié*, и только в прыжке исполняется поворот в воздухе. Ошибкой будет преждевременный поворот корпуса прямо из *demi plié* (не достигнув предельной точки прыжка вверх, стремиться сделать поворот).

Préparation должен быть собранным: перед поворотом направо не следует заводить вперед правое плечо, так как в воздухе именно оно отводится назад, левое же плечо идет вперед. Подтянутые бедра, прямая линия спины, поворот головы и плеч, форс левой рукой являются непременными условиями для полного поворота корпуса в воздухе.

GRANDE SISSONNE OUVERTE НА 90°. *Sissonne ouverte на 90°*, как и маленькие *sissonnes ouvertes*, рекомендуется изучать

¹ Исполняя *sissonne ouverte en tournant en dedans* в правую сторону, в заключении открыть левую ногу на II позицию через проходящее *sou-de-pied* сзади.

сначала в сторону, что позволяет контролировать выворотность ног и правильность исполнения.

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом приоткрыть руки в сторону. На первую четверть сделать *demi plié* поглубже,¹ опустив руки в подготовительное положение, голова *en face*, взгляд направлен на кисти рук. Между первой и второй четвертью, сильно оттолкнувшись пятками от пола, прыгнуть высоко вверх; правая нога, не задерживаясь, через проходящее *cou-de-pied* впереди скользит вытянутыми пальцами до колена вытянутой левой ноги, руки поднимаются в I позицию. На вторую четверть левая нога опускается на *demi plié*; одновременно правая открывается на II позицию на 90° (приемом *développé*), руки также раскрываются на II позицию, голова *en face*. Между второй и третьей четвертью сделать *assemblée*, соединив в воздухе правую ногу с левой в V позиции сзади и опустив руки вниз. На третью четверть — *demi plié* в V позиции, правая нога сзади, голова поворачивается налево. На четвертую четверть вытянуть колени.

Движение продолжается с другой ноги, затем выполняется в обратном направлении, причем в сторону на 90° вынимается нога, находящаяся в V позиции сзади. Точно так же на $\frac{4}{4}$ изучается *sissonne ouverte* на 90° вперед, назад и после этого во все большие позы.

Порядок изучения в позы рекомендуется следующий:

- 1) *attitude croisée* и поза *croisée* вперед;
- 2) III *arabesque*;
- 3) *attitude effacée*, I и II *arabesques*, поза *effacée* вперед;
- 4) поза *écartée* назад, *écartée* вперед и IV *arabesque*.

Grande sissonne ouverte на 90° . Законченная форма.²

Пример изучения в I *arabesque*. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди.

За тактом сделать *demi plié*, приоткрыть руки в сторону и вернуть их в подготовительное положение; корпус с подтянутой спиной наклоняется налево, голова поворачивается налево, взгляд направлен на кисти рук. Оттолкнувшись пятками от пола, сделать большой прыжок вверх, корпус повернуть в воздухе в точку 3 левым плечом вперед, руки через проходящую

¹ Такое *demi plié* приготавливает мышцы ног и пятки для сильного толчка в воздух.

² В законченной форме все виды *sissonnes ouvertes* на 90° исполняются следующим образом: *demi plié* и прыжок за тактом, на первую четверть — окончание прыжка на *demi plié* в позу, на вторую четверть — окончание *assemblée* на *demi plié*.

I позицию раскрыть в I arabesque, левую ногу приемом battement выбросить назад на 90°. На первую четверть опуститься на demi plié на правую ногу в I arabesque лицом в точку 3. Плечи ровные, бедро левой ноги и спина подтянуты. Между первой и второй четвертью исполнить assemblé, соединив левую ногу с правой в V позиции сзади и опустив руки вниз. На вторую четверть — demi plié в V позиции épaulement croisé, правая нога впереди. Движение повторяется с той же ноги. Для повторения движения с другой ноги следует закончить assemblé в V позицию, левая нога впереди.

Sissonne ouverte в I arabesque можно закончить по диагонали: с правой ноги в точку 2, с левой — в точку 8.

Правила исполнения grande sissonne ouverte на 90°. В маленьком sissonne ouverte руки лишь координируют движение, в sissonne ouverte на 90° руки активно помогают прыжку: за тактом, на demi plié, руки приоткрываются, опускаются вниз и упругим движением поднимаются в I позицию, чтобы взять форс в момент прыжка, и тотчас раскрываются в заданную позу.

Все виды grandes sissonnes ouvertes в большие позы можно исполнять приемом développé, а также открывая вытянутую ногу на 90° приемом battement. (В большие позы назад большей частью применяется второй прием в позы вперед — и тот и другой.)

Заключительное assemblé по силе прыжка должно соответствовать первому прыжку sissonne.

Grande sissonne ouverte на 90° с продвижением (с отлетом). Последовательность изучения та же, что и в grande sissonne ouverte с прыжком наверх: вначале следует проработать движение раздельно на 4/4, затем с demi plié и прыжком за тактом, как в предыдущем примере.

Все sissonnes в позы назад исполняются с продвижением вперед; sissonnes в позы вперед — с продвижением назад. В сторону II позиции sissonnes с продвижением исполняются редко. Можно привести лишь один пример: старинное pas de trois из балета «Пахита», где в мужской вариации grande sissonne в сторону II позиции делается с отлетом и продвижением по кругу.

Как и во всех больших прыжках, исполняемых с пролетом, первоначальный посыл прыжка будет наверх. Достигнув наивысшей точки прыжка (в attitude или arabesque), следует сильным движением верхней части ноги отбросить ее вперед и, передавая вперед корпус, продвигаться в воздухе в направлении croisée или по диагонали, затем опуститься с носка на пятку в demi plié и, сделав assemblé, закончить движение двумя ногами в V позиции на demi plié.

Исполняя *grande sissonne ouverte* с отлетом назад (в позу *croisée* или *effacée* вперед), следует, оттолкнувшись пятками с *demi plié*, во время прыжка сразу передать корпус назад. Иным приемом продвинуться назад не представляется возможным.

Пример комбинации grande sissonne ouverte с продвижением. Размер $\frac{4}{4}$. Четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт: на первую четверть — с правой ноги *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée*; на вторую — *assemblé*; на третью и четвертую четверти — *grand échappé en tournant* с полуповоротом в правую сторону. При окончании — левая нога впереди.

Второй такт: на первую четверть — с левой ноги *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée* (пролететь вперед в направлении между точкой 5 и 6); на вторую — *assemblé*; на третью и четвертую четверти — *grand échappé en tournant* с полуповоротом в левую сторону (к зеркалу). При окончании — правая нога впереди.

Третий такт: на первую четверть сделать с правой ноги *grande sissonne ouverte* в *attitude effacée*, отлетев в направлении точки 2; на вторую четверть — *assemblé* (закончить в V позицию, левая нога впереди); на третью четверть сделать с левой ноги *grande sissonne ouverte* в *attitude effacée*, отлетев в направлении точки 8; на четвертую — *assemblé* (закончить в V позицию, правая нога впереди).

Четвертый такт: на первую четверть сделать с правой ноги *grande sissonne ouverte* в *écarté* назад, отлетев в точку 8 (по диагонали из точки 4 в точку 8); на вторую — *assemblé* (закончить в V позицию, правая нога сзади); на третью четверть сделать с левой ноги *grande sissonne ouverte* в *effacé* вперед, отлетев назад по диагонали в направлении точки 4; на четвертую — закончить *assemblé* в V позицию, левая нога сзади.

Комбинация повторяется с другой ноги, затем в обратном направлении. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. *Grande sissonne ouverte* в *croisé* вперед, отлетев назад; сделать *assemblé*; *grand échappé en tournant* с полуповоротом в правую сторону; *grande sissonne ouverte* в *croisé* вперед; отлетев назад — *assemblé*; *grand échappé en tournant* с полуповоротом влево, к зеркалу; *grande sissonne ouverte* с правой ноги в *effacé* вперед; отлетев назад по диагонали в точку 6, закончить *assemblé* в V позицию, правая нога сзади. *Grande sissonne ouverte* с левой ноги в *effacé* вперед; отлетев назад по диагонали в точку 4, закончить *assemblé* в V позицию, левая нога сзади; *grande sissonne ouverte* с левой ноги в *écarté* вперед; отлетев назад по диагонали в точку 4, закончить *assemblé* в V позицию, левая нога впереди; *grande sissonne*

ouverte с левой ноги в attitude effacée; отлетев в точку 8, assemblé закончить в V позицию, правая нога впереди.

Повторить с другой ноги.

GRANDE SISSONNE OUVERTE С ПОЛУПОВОРОТОМ. Исполняется с поворотами en dedans в позу attitude croisée и effacée, в I, III и IV arabesques, в écartée вперед. С поворотами en dehors исполняется в позы croisée и effacée вперед, écartée назад.

С полуповоротом en dedans в attitude croisée. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом сделать demi plié, приоткрыв руки в сторону и закрыв их в подготовительное положение, голова слегка наклоняется влево, взгляд направлен на кисти рук. Затем сделать прыжок в attitude croisée наверх с продвижением вперед и с полуповоротом в правую сторону. На первую четверть закончить прыжок на demi plié на правой ноге между точкой 4 и 5 плана класса. На вторую четверть закончить assemblé. На третью и четвертую четверти повторить grande sissonne ouverte в attitude croisée с полуповоротом направо к зеркалу и закончить assemblé.

Правила исполнения grande sissonne ouverte с полуповоротом. Прыгая, как и во всех sissonnes, наверх, следует продвигаться вперед в момент поворота в воздухе, то есть открывая правую ногу вперед в направлении между 4 и 5 точками плана класса. Ошибкой будет исполнение прыжка с полуповоротом на месте вокруг своей оси.

Помощь прыжку с поворотом корпуса и отлетом вперед оказывают руки и голова. В момент прыжка, открывая левую руку в III, правую — на II позицию, необходимо помогать движению корпуса левой рукой, которая должна находиться впереди не сколько больше, чем этого требует положение III позиции. Одновременно корпус делает поворот в правую сторону левым плечом; голова поворачивается к правому плечу, помогает повороту и подчеркивает позу.

В sissonne с полуповоротом особенно приходится следить за положением втянутого бедра ноги, согнутой в attitude, а также за правильным возвращением ноги с прыжка в plié с носка на выворотную пятку.

Grande sissonne ouverte с полуповоротом en dehors в позу croisée вперед. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Demi plié, прыжок наверх с полуповоротом в правую сторону и отлетом назад в направлении между 1 и 8 точками плана класса. Повороту корпуса помогает правое плечо, отводимое назад, и поворот головы направо. Закончить прыжок assemblé и повторить sissonne с поворотом к зеркалу.

Пример комбинации grande sissonne ouverte с полуповоротом. Размер $\frac{4}{4}$. Четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт: на первую четверть сделать с правой ноги grande sissonne ouverte в écartée назад, отлетев по диагонали к точке 8; на вторую — assemblé, которое закончить в V позицию, правая нога сзади; на третью четверть — grande sissonne ouverte с полуповоротом в правую сторону в IV arabesque (прыжок на правую ногу, левая вытянута сзади); на четвертую — assemblé, которое закончить в V позицию, левая нога сзади.

Второй такт: на первую четверть — grande sissonne ouverte с полуповоротом на правую ногу в I arabesque по диагонали в точку 2; на вторую — assemblé, заканчивающееся в V позицию, левая нога сзади; на третью четверть — grande sissonne ouverte с полуповоротом в attitude effacé в точку 6; на четвертую — assemblé, закончить в V позицию, левая нога сзади.

Третий такт: на первую четверть — grande sissonne ouverte с полуповоротом в effacée вперед (отлететь назад в точку 6, закончить в точку 2); на вторую — assemblé, заканчивающееся в V позицию, правая нога сзади; на третью и четвертую четверти — brisé dessus с правой ноги, dessous — с левой.

Четвертый такт: на первую и вторую четверти с правой ноги в точку 2 сделать pas couru, шаг-couré и grand assemblé на croisé вперед, при окончании левая нога впереди; на третью и четвертую четверти — поворот в правую сторону в V позиции на полупальцах и остановка в V позиции на полупальцах, правая нога впереди. Правая рука в III позиции, левая на II; голова повернута в точку 8.

GRANDE SISSONNE OUVERTE EN TOURNANT. Исполняется с поворотами en dehors и en dedans так же, как и маленькие sissonnes en tournant (см. sissonne en tournant). Разница заключается лишь в том, что demi plié делается глубже, прыжок выше, и в заключении нога открывается в позы на 90° .

Последовательность изучения (пример в позу croisée вперед). 1. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, épaulement croisé, правая нога впереди. На первую четверть — demi plié, правая рука сгибается в I позицию, левая на II позиции, голова поворачивается en face в точку 8 плана класса. Между первой и второй четвертью, оттолкнувшись пятками от пола, прыгнуть вверх. Достигнув наивысшей точки прыжка, повернуться на 360° (полный поворот) en dehors в воздухе. В момент толчка от пола левая рука упругим движением соединяется в I позиции с правой, чтобы взять форс; правое плечо отводится назад, а левое вперед. Голова, также помогая

повороту корпуса, сначала повернута через левое плечо в точку 8 плана класса, затем быстро выпрямляется и в заключительной позе поворачивается направо. Ноги в момент прыжка соединены в воздухе в V позиции, правая нога впереди. В заключении прыжка правая нога, не задерживаясь, открывается (приемом *développé* на 90°) на *croisée* вперед; одновременно левая рука раскрывается в III, правая на II позицию. Остановка в позе на *demi plié* приходится на вторую четверть. На третью выполняется *assemblé* в V позицию на *demi plié*. На четвертую вытягиваются колени.

2. Законченная форма. Размер $2/4$. *Demi plié* и прыжок исполняются за тактом. На первую четверть — остановка в позе на *demi plié*. Между первой и второй четвертью *assemblé*, заканчивающееся на вторую четверть в V позицию на *demi plié*.

Изучая *grandes sissonnes ouvertes en tournant en dehors* и *en dedans*, рекомендуется проделывать их отдельно в каждую позу не менее четырех раз, после чего допустимы комбинации различных поз.

Наиболее сложной формой этих *sissonnes* являются *grandes sissonnes ouvertes en tournant* с двойным поворотом корпуса в воздухе. Исполнение их требует, кроме подтянутых бедер и хорошего владения спиной, усиленного форса руками, поворота плеч и точных поворотов головы, необходимых при любом вращении. Если *sissonne en tournant* начинается лицом в точку 2 с поворотом в левую сторону (*en dehors* или *en dedans*), то голова в прыжке повернута через правое плечо в точку 2, между первым и вторым поворотом голова поворачивается *en face*, взгляд фиксирует точку 2, и снова голова поворачивается через правое плечо в точку 2, возвращаясь в заключение двойного поворота *en dehors* и *en dedans* в точку 2. Таким образом, голова в исходном положении находится в *épaulement croisé*, на *demi plié* поворачивается прямо в точку 2, в двойном повороте в воздухе имеет четыре положения: направо — прямо, направо — прямо. Плечи, свободно опущенные вниз, участвуют в повороте корпуса: левое отводится назад, одновременно правое идет вперед.¹

SISSONNE TOMBÉE. *Sissonne tombée* — «падающий» прыжок с двух ног на две, но падение (*tombé*) после прыжка происходит не одновременно на две ноги, а сначала на одну, затем — с небольшим опозданием — на другую. Исполняется через проходящую форму *sissonne ouverte* на *croisé*, *effacé*, в сторону и заканчивается *pas de bourrée* или скользящим

¹ Все виды *sissonnes en tournant* могут начинаться *en face* из точки 1; в этом случае повороты головы будут через точку 1.

партерным прыжком, соединяющим ноги в V позиции над полом и в заключении на *demi plié*.

Sissonnes tombées на 45° и на 90° делаются *en face* и *en tournant* как самостоятельные *pas*, а также как связующие движения перед большими прыжками (например, *sissonne tombée coupée* и *grand jeté* или *grand assemblé* и т. п.).

Sissonne tombée может исполняться и в *préparation* к турам в больших позах с IV позиции *croisée* и *effacée*.

Маленькое sissonne tombée в позу croisée вперед. Размер $2\frac{1}{4}$. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом, слегка приоткрыв руки в сторону и опустив их в подготовительное положение, сделать *demi plié* и прыжок; правая нога через проходящее положение *sur le soude-pied* быстро открывается в направлении *croisé* вперед и опускается на первую четверть на *demi plié* в IV позицию *croisé*. Левая нога опускается на *demi plié* несколько раньше правой (по существу за тактом) и в момент падения (*tombé*) на *plié* вытягивается на *croisé* сзади носком в пол. Центр тяжести корпуса передается вперед на правую ногу, руки, приподнимаясь в прыжке в I полупозицию, фиксируются на *plié* в IV позиции: правая на I, левая — на II позиции,¹ голова повернута направо. Между первой и второй четвертью — скользящий партерный прыжок без отрыва от пола с продвижением вперед, во время которого левая нога подтягивается к правой и соединяется с ней в V позиции; руки опускаются в подготовительное положение. На вторую четверть — *demi plié* в V позиции. Движение повторяется несколько раз, затем изучается в обратном направлении.

Маленькое sissonne tombée в сторону, оканчивающаяся pas de bourrée. Размер $2\frac{1}{4}$. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, приоткрыть руки в сторону и опустить их в подготовительное положение (голова поворачивается налево, взгляд направлен на кисти рук) и прыгнуть вверх, руки приподнимаются в I полупозицию. Правая нога через проходящее *soude-pied* спереди открывается в сторону на 25° (вместе с ногой открываются в сторону и руки; голова и взгляд следуют за кистью правой руки). На первую четверть упасть на правую ногу на *demi plié* на расстоянии II позиции, левая нога вытянута носком в пол, центр тяжести корпуса передается на правую ногу, голова повернута направо. Не задерживаясь в этом положении, между первой и второй четвертью исполнить *pas de bourrée en dehors en face* с переменой ног и закончить его на вторую четверть в V позицию на *demi plié*, левая нога впереди. Во время

¹ По заданию педагога в I позиции может находиться левая рука, на II — правая.

pas de bourrée руки плавно опускаются вниз, корпус выпрямляется, голова поворачивается налево и в заключительный момент на plié остается в том же положении. В данном случае pas de bourrée выполняется как проходящее связующее движение без резкой фиксации ног sur le sou-de-pied. Эта форма sissonne tombée с pas de bourrée удобна как подход к исполнению туров в воздухе с V позиции. Закончив pas de bourrée, сделать relevé в V позицию на полупальцы, demi plié и tour en dehors в левую сторону. Закончив tour в V позицию левая нога сзади, повторить движение несколько раз подряд.

Sissonne tombée на 90°. Исполняется так же, как и маленькое sissonne tombée, но открывание ноги происходит через форму développé на 90°. Падение (tombé) широкое, с четко выраженной передачей центра тяжести корпуса на открываемую ногу.

Sissonnes tombées на 90° могут заканчиваться скользящим прыжком с соединением ног в V позиции, но чаще всего заканчиваются pas de bourrée и предшествуют какому-нибудь большому прыжку.

Маленькое sissonne tombée en tournant, с поворотом en dehors (первоначальное изучение). Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди.

На первую четверть — demi plié, правая рука поднимается на I, левая — на II позицию; голова поворачивается en face в точку 8 плана класса. Между первой и второй четвертью прыгнуть вверх с поворотом en dehors (в правую сторону), соединив руки в I позицию. Голова повернута в направлении точки 8. На вторую четверть упасть на правую ногу на demi plié в IV позицию croisé, предварительно открыв ее через проходящее sou-de-pied, центр тяжести корпуса передается вперед на правую ногу, правая рука на I, левая — на II позиции, голова, выпрямляясь в повороте, поворачивается направо. Между второй и третьей четвертью соединить ноги в партерном скользящем вперед прыжке. На третью четверть закончить прыжок в V позицию на demi plié, опустив руки в подготовительное положение. На четвертую четверть вытянуть колени.

Законченная форма sissonne tombée en tournant аналогична маленькому sissonne tombée en face: demi plié и прыжок исполняются за тактом и т. д. Правила исполнения те же, что и в sissonne ouverte en tournant.

Для исполнения sissonne tombée en tournant на 90° прыжок делается выше, нога открывается на 90° приемом développé.¹

¹ Из двух sissonnes tombées, исполняемых на croisé и в сторону II позиции, состоит общепринятое temps lié sauté на 45° и на 90° en face и en tournant.

Пример комбинации с маленьким sissonne tombée en tournant. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Движение по диагонали из точки 4 в точку 8.

На первую четверть с правой ноги — *grande sissonne ouverte* в *attitude croisée* с отлетом. Между первой и второй четвертью сделать левой ногой *soupiré* (сзади правой), руки с *attitude* раскрываются на II позицию; с правой ноги маленькое *assemblé croisée* вперед, оканчивающееся на вторую четверть. В заключении *assemblé* правая рука на I позиции, левая остается на II. На третью и четвертую четверти — маленькое *sissonne tombée en tournant en dehors*, заканчивающееся скользящим прыжком в V позицию.

Повторить комбинацию четыре раза.

SISSONNE FERMÉE. *Sissonnes fermés* (закрытые *sissonnes*) — маленькие прыжки с двух ног на две, исполняемые с продвижением (с отлетом) в сторону, с переменной и без перемены ног, вперед, назад и в позы *croisée*, *effacée*, *écartée* вперед и назад, в I, II, III и IV *arabesques*.

Последовательность изучения. 1. *Sissonne fermée* без перемены ног (младшие классы). Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *en face*, правая нога впереди, руки в подготовительном положении. На первую и вторую четверти — *demi plié*. Между второй и третьей четвертью, оттолкнувшись пятками от пола, прыгнуть с продвижением по прямой линии налево; корпус переносится за левой ногой, правая нога, вытягиваясь, открывается в сторону II позиции примерно на 25° . Положение ног в воздухе напоминает слегка приоткрытые ножницы. На третью четверть ноги одновременно закрываются в V позицию на *demi plié*, правая нога впереди, причем левая нога опускается в пол непосредственно с носка на пятку. Правая нога, находящаяся в воздухе в положении II позиции, опускаясь, касается пола сильно вытянутыми пальцами в точке II позиции и быстро подводится в V позицию по принципу *battement tendu*. На четвертую четверть колени вытягиваются.

Движение повторяется несколько раз. Изучается с другой ноги, затем вперед и назад.¹

2. *Sissonne fermée* с переменной ног. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом слегка приоткрыть руки в сторону. На первую четверть — *demi plié*, руки опустить в подготовительное поло-

¹ По усмотрению педагога прыжок может быть исполнен между первой и второй четвертью; на вторую — приход с прыжка на *demi plié*, на третью — колени вытягиваются; на четвертую четверть — пауза.

жение. Между первой и второй четвертью прыгнуть с отлетом налево, правая нога поднимается в сторону на 25° , руки раскрываются на II полупозицию, голова поворачивается налево. На вторую четверть закончить прыжок в V позицию на *demi plié*, подведя правую ногу назад. Одновременно руки опускаются в подготовительное положение, голова повернута налево. На третью четверть колени вытягиваются, на четвертую — пауза. Движение повторяется с левой ноги. Точно так же *sissonne fermée* выполняется в обратном направлении: во время прыжка в сторону II позиции открывается нога, находящаяся в V позиции сзади, в заключении прыжка она подводится носком по полу в V позицию вперед.

3. *Sissonne fermée* с переменной ног. Законченная форма. Размер $4/4$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, приоткрыв руки в сторону и опустив их в подготовительное положение; прыгнуть, открыв правую ногу в сторону на 25° с отлетом по прямой налево. Руки раскрываются на II полупозицию, голова поворачивается налево. На первую четверть прыжок заканчивается на *demi plié* в V позицию, правая нога сзади, руки остаются на II полупозиции, голова налево (*épaulement croisé*). На вторую четверть движение повторяется с левой ноги с отлетом в правую сторону. На третью и четвертую четверти повторить движение с правой и с левой ноги.

На четвертом *sissonne fermée* руки опускаются в подготовительное положение. При исполнении движения в обратном направлении в сторону открывается нога, находящаяся в V позиции сзади, и в заключении прыжка она подводится в V позицию вперед. Голова в момент прыжка поворачивается в сторону ноги, открываемой на 25° .

Sissonne fermée в позы *croisée* с продвижением вперед. Размер $4/4$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом приоткрыть руки в сторону и опустить их в подготовительное положение, исполняя *demi plié*; прыгнуть, пролетая вперед в направлении *croisé*; левая вытянутая нога открывается на *croisé* назад не выше 25° . Левая рука поднимается на I, правая — на II позицию; голова и корпус направлены вперед через левую руку,¹ корпус перевзгляд направлены вперед. На первую четверть прыжок заканчивается на *demi plié*, левая нога носком по полу закрывается в V позицию одновременно с правой; руки и голова остаются в том же положении. Отсюда движение повторяется от четырех до восьми раз. На последнем движении руки опускаются в подготовительное положение, голова поворачивается направо.

¹ По указанию педагога повороты головы могут варьироваться: голова может повернуться к правому плечу.

При исполнении *sissonne fermée* с отлетом в направлении *croisé* назад (правая нога впереди) руки принимают маленькую позу *croisée*: левая в I позиции, правая — на II или правая в I, левая — на II позиции, голова направо.

В позах *effacée* руки на I и II позиции. В позах *écartée* назад раскрываются на II полупозицию; *écartée* вперед также на II полупозицию, но кисти повернуты ладонями вниз.

Правила исполнения *sissonne fermée*. Основным правилом исполнения этого прыжка является отлет и одновременное открывание и закрывание ног в V позицию на *demi plié*. Нога, поднимающаяся на 25°, закрывается в V позицию без малейшего опоздания с подчеркнутым возвращением на *demi plié* (носком по полу). В этом и заключается *fermée* (закрытый).

Нога, в сторону которой делается прыжок с продвижением, тоже открывается в направлении прыжка, и за ней передается корпус в сторону, вперед или назад.

Исполняя несколько *sissonnes fermées* подряд, надо избегать двойного *plié*: эластично опускаясь на *demi plié*, следует, не теряя силы мышц, тотчас отталкиваться на следующий прыжок.

Исполняя прыжки в одинаковую позу, не следует каждый раз открывать и опускать руки в подготовительное положение, так как это может создать впечатление разбросанности. Легкие, ненапряженные руки сохраняют позу, принятую в первом прыжке, и лишь на последнем движении опускаются в подготовительное положение.

Пример комбинации с *sissonnes fermées*. Размер $\frac{4}{4}$, два такта. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди.

Первый такт. На первую и вторую четверти — два *sissonnes fermées* с переменой ног в сторону II позиции с правой и с левой ноги, переводя назад ногу, стоящую в V позиции впереди. Руки на первом прыжке раскрываются на II полупозицию, на втором прыжке опускаются в подготовительное положение. На третью и четвертую четверти сделать три *sissonnes fermées* в сторону II позиции с правой, с левой и снова с правой ноги на восьмые доли. Руки, раскрываясь на первом прыжке, сохраняют позу на втором прыжке и на третьем опускаются в подготовительное положение.

Второй такт. На первую четверть сделать *sissonne fermée* с левой ноги в позу *effacée* назад, отлетая по диагонали вперед в точку 8. Закончить правой ногой в V позицию вперед. На вторую четверть сделать *sissonne fermée* с правой ноги в позу *effacée* назад, отлетая по диагонали вперед в точку 2. Закончить левой ногой в V позицию вперед. На третью и четвертую

четверти сделать три *brisées* вперед в направлении между точками 2 и 3 на восьмые доли.

Комбинация повторяется с другой ноги, затем выполняется в обратном направлении.

SISSONNE FONDUE. *Sissonne fondue* (тающий *sissonne*) — большой прыжок, исполняемый, как и *sissonne fermée*, с двух ног на две с отлетом во всех направлениях в позы на 90°. Нога, открываемая в прыжке на 90°, опускается в V позицию с некоторым опозданием, углубляя *demi plié*, на котором уже находится опорная нога, что придает этим *sissonnes* характер *fondue* (тающий, мягкий), отличающий их от *sissonnes fermées*.

Последовательность изучения. 1. *Пример исполнения в сторону с переменой ног (первоначальное изучение).* Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом приоткрыть руки в сторону и опустить их в подготовительное положение; корпус с подтянутой спиной слегка пригибается вниз; голова склоняется направо; *demi plié* поглубже; большой прыжок с отлетом по прямой линии налево; правая нога приемом *battement* открывается в сторону на 90°. Одновременно руки через I позицию открываются на II, корпус выпрямляется и передается за левой ногой, голова поворачивается налево. На первую четверть левая нога опускается на *demi plié*. Между первой и второй четвертью правая нога мягко и плавно подводится в V позицию назад и на вторую четверть углубляет *demi plié*. Вместе с ногой так же мягко и плавно руки опускаются в подготовительное положение, голова, оставаясь повернутой налево, склоняется вниз. Отсюда движение повторяется с левой ноги с отлетом в правую сторону. При исполнении прыжка в обратном направлении отлетать следует в сторону ноги, находящейся в V позиции впереди; нога, находящаяся сзади, открывается на 90° и в заключении подводится в V позицию вперед.

2. *Пример в позу III arabesque.* Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом, приоткрыв руки в сторону и опустив их в подготовительное положение, сделать *demi plié*, взгляд направлен на кисти рук; большой прыжок с отлетом вперед в направлении *croisé*; корпус передается за правой ногой, открытой в воздухе вперед, левая вытянутая нога открывается на *croisé* назад на 90°. Руки принимают положение III *arabesque*, взгляд направлен на кисть левой руки. На первую четверть правая нога опускается на *demi plié*, а левая чуть

¹ Ноги раскрываются, как большие ножницы.

позже мягко опускается в V позицию и углубляет *demi plié*. Руки одновременно с левой ногой закрываются в подготовительное положение. На вторую четверть движение повторяется.

По заданию педагога на первом *sissonne fondue* можно не опускать руки вниз, а слегка «вздохнув» ими, оставить в положении III *arabesque* и лишь в заключении второго прыжка опустить в подготовительное положение.

SISSONNE RENVERSÉE. *Sissonne renversée* (опрокинутый *sissonne*) — комбинированный прыжок, состоящий из *grande sissonne ouverte* и *renversé*. Исполняется в *attitude croisée* с *renversé en dehors*, в большую позу *croisée* вперед с *renversé en dedans*.

En dehors. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом — *demi plié* и *grande sissonne ouverte* в позу *attitude croisée*, оканчивающийся на *demi plié* на правой ноге на первую четверть. Не задерживаясь на *plié*, между первой и второй четвертью перейти на левую ногу на полупальцы, подведя ее к правой; правая нога поднимается в условное положение *sur le cou-de-pied* впереди, корпус, перегибаясь назад, поворачивается на половину оборота к зрителю (влево); правая рука сгибается в I позицию, левая сохраняет III позицию, голова повернута направо, к зеркалу. С поворотом *en dehors* переступить на полупальцы на правую ногу, подняв левую *sur le cou-de-pied* впереди, корпус усиливает перегиб и при окончании поворота к зеркалу выпрямляется; руки соединяются в I позиции. На вторую четверть опуститься в V позицию на *demi plié*, левая нога впереди. Кисти рук раскрываются в невысокой I позиции, голова поворачивается налево.

Точно так же исполняется *sissonne renversée en dedans*. (Правила исполнения *renversé* см. в «*Renversé*» или «Повороты в *adagio*».) В начале изучения *sissonne renversée* можно делать только с прыжком вверх, затем — отлетая вперед и назад, как это принято в *grande sissonne ouverte*.

SISSONNE SOUBRESAUT. Комбинированный прыжок, состоящий из *soubresaut* (сильный скачок) и *grande sissonne ouverte*, исполняющийся с отлетом вперед и назад в большие позы *attitude croisée*, *attitude effacée* и в позы *croisée* и *effacée* вперед.

Размер $\frac{2}{4}$. *Demi plié* и прыжок исполняются за тактом, окончание прыжка на *demi plié* приходится на первую четверть, на вторую обычно исполняется *assemblé* или *coupé-assemblé*.

Sissonne soubresaut в attitude effacée. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2.

Перед началом слегка приоткрыть руки в сторону, затем, нагибая корпус вперед, опустить руки в подготовительное положение, одновременно исполняя *demi plié* поглубже. Оттолкнувшись пятками от пола, сделать большой прыжок, крепко соединив ступни в воздухе в V позиции. Корпус, поворачиваясь на *effacé* в направлении точки 2 и сильно выгибаясь назад, устремляется вперед, что заставляет ноги слегка откидываться назад. Руки поднимаются в I позицию, взгляд направлен на кисти рук. Прыжок оканчивается на *demi plié* на правой ноге, левая открывается на *effacé* назад на 90°; правая рука поднимается на II, левая на III позицию, кисти повернуты от себя (в положении *allongé*); голова поворачивается налево, взгляд направлен на кисть левой руки. Затем исполнить *assemblée*, соединив ноги в V позиции на *demi plié*, левая нога сзади; корпус возвращается в положение *épaulement croisé*, руки опускаются в подготовительное положение. Повторить движение несколько раз.

Правила исполнения *sissonne soubresaut*. Хорошее исполнение *soubresaut* почти целиком зависит от правильного положения корпуса: выгнутый назад в прыжке, он сильно подтягивается мышцами нижней части живота. Именно это напряжение мышц дает возможность задержаться в воздухе и откинуть назад верхнюю часть ног, что придает всей фигуре в профиль вид изогнутого лука. Подтянутый корпус и плечи, откинутае назад, помогают пролететь по диагонали вперед.

В *soubresaut* несколько нарушается общее правило: колени в момент прыжка слегка присогнуты. Ноги соединяются не по всей линии, а лишь в ступнях.

Точно так же исполняется *sissonne soubresaut* в позу *croisée* назад.

Sissonne soubresaut в позы *croisée* и *effacée* вперед ближе к простому *sissonne ouverte* на 90°. В момент прыжка ноги задерживаются в воздухе в V позиции, после чего нога, находящаяся впереди, приемом *battement* открывается на 90°.

Пример комбинации *sissonne soubresaut* и *sissonne renversée*. Размер $\frac{3}{4}$ (вальс), шестнадцать тактов. Четыре такта: из точки 6 в точку 2 — *pas couru*, *grand jeté* в *attitude croisée* исполнить два раза. Четыре такта: *assemblée* и три *entrechat-six*. Четыре такта: с правой ноги *sissonne soubresaut* в *attitude croisée* и *assemblée*, *sissonne renversée en dehors*. Четыре такта: с левой ноги по диагонали в точку 8 *sissonne soubresaut* в *attitude effacée*; *assemblée*, которое закончить в V позицию (правая нога сзади), и с левой ноги в точку 8 шесть *chaînéés*. Остановиться в позе на левой ноге, правая — на *effacé* сзади носком в пол; левая рука на II, правая на III позиции.

GRANDE SISSONNE À LA SECONDE DE VOLÉ EN TOURNANT EN DEDANS. Это комбинированное pas выполняется лицом к зеркалу и по диагонали с приема шаг-couqué или маленькое *sissonne tombée* в IV позицию на *croisé*, а также с *pas chassé*; заканчивается *pas de bourrée dessus en tournant* или *soutenu en tournant en dedans*.

Grande sissonne à la seconde de volé en tournant en dedans с приема шаг-couqué. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, подняв правую ногу в условное положение *sur le sou-de-pied* впереди на небольшом расстоянии от опорной ноги; правая рука поднимается в I позицию, левая — на II. На первую четверть сделать шаг-couqué на правую ногу в IV позицию *croisé*, передав на нее центр тяжести корпуса и, оттолкнувшись пяткой от пола, — большой прыжок наверх, выбросив приемом *battement* левую ногу на II позицию на 90° (*à la seconde*). Одновременно руки через II позицию сильным движением поднимаются в III позицию. На мгновение прыжок фиксируется *en face*, затем происходит полный поворот в воздухе *en dedans* (в правую сторону) с ногой на высоте 90° . Голова повернута через левое плечо в точку 1 плана класса. На вторую четверть закончить прыжок в точку 1 на *demi plié* на правой ноге; левая нога сохраняет положение на 90° (*à la seconde*); руки в III позиции, голова прямо. Между второй и третьей четвертью раскрыть руки на II позицию и исполнить *pas de bourrée dessus en tournant* (также в правую сторону), закончив его на третью четверть в V позицию на *demi plié*, правая нога впереди. На четвертую четверть колени вытягиваются.

То же можно сделать с предварительным маленьким *sissonne tombée* в IV позицию *croisé*. Руки сохраняют положение, указанное выше.

Если это pas заканчивается *soutenu en tournant en dedans*, то следует делать *soutenu* между второй и третьей четвертью; на третью четверть остановиться на полупальцах в V позиции; на четвертую четверть опуститься на *demi plié*.

Grande sissonne à la seconde de volé en tournant en dedans с приема pas chassé. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом — *demi plié* и маленькое проходящее *sissonne tombée croisée* вперед, оканчивающееся на первую четверть в IV позицию. Между первой и второй четвертью — *pas chassé*. На вторую четверть центр тяжести корпуса передается на правую ногу на *demi plié* в маленькую IV позицию *croisé*. Руки, как и в приеме шаг-couqué, правая в I, левая — на II позиции. Между второй и третьей четвертью — *grande sissonne à la seconde de volé en tournant en dedans*, как описано в предыдущем примере. На третью четверть — окончание прыжка на *demi plié* в точку 1.

Pas de bourrée dessus en tournant en dedans заканчивается в V позицию на *demi plié* на четвертую четверть. Движение повторяется несколько раз с одной ноги, затем с другой.

Точно так же движение выполняется по диагонали: с правой ноги из точки 4 в точку 8, с левой — из точки 6 в точку 2.

Положения рук, как в предыдущем примере.

Правила исполнения *grande sissonne à la seconde de volé en tournant en dedans*. Во время прыжка корпус сохраняет строго вертикальное положение. Нога, выброшенная на 90° и закрепленная в бедре, не должна терять положения *à la seconde* и ни в коем случае не должна сдвигаться вперед, что может произойти, если ягодичные мышцы и мышцы бедра расслаблены.

Форс для поворота в воздухе в правую сторону дает левая рука, в левую — правая. Поднимая руки в III позицию энергичным движением, следует локоть руки, дающей форс, слегка выдвинуть вперед, не нарушая при этом правильного положения III позиции над центром корпуса.

Повороту помогает также движение головы: при повороте направо она остается повернутой к зеркалу (или в точку на диагонали) через левое плечо и в заключении поворота быстро возвращается *en face*; при повороте налево голова остается повернутой через правое плечо и возвращается *en face*.

Rond de jambe en l'air sauté

Rond de jambe en l'air sauté выполняется на 45° и 90° *en dehors* и *en dedans*.

При первоначальном изучении делается один *rond de jambe*, затем двойной.

Существует два приема исполнения *rond de jambe en l'air sauté*: 1) сделав *sissonne ouverte* на 45° в сторону II позиции, оттолкнувшись пяткой опорной ноги от пола, прыгнуть (*temps levé*), во время прыжка нога, открытая в сторону, исполняет один или два *ronds de jambe en l'air*; 2) из V позиции с *demi plié* оттолкнуться для прыжка двумя ногами, причем одна нога находится в воздухе в вертикальном положении, вторая отбрасывается в сторону на 45°, исполняя один или два *ronds de jambe en l'air*.

En dehors делается ногой, находящейся предварительно в V позиции впереди, *en dedans* — ногой, находящейся сзади.

В маленьком *rond de jambe en l'air sauté* руки раскрываются на II полупозицию; в большом, исполняемом на 90°, *demi plié* делается глубже, прыжок — выше, руки раскрываются на полную II позицию; корпус немного отклоняется в сторону опорной

ноги, тем самым давая другой ноге возможность свободнее исполнить *rond de jambe*.

Основным правилом этого *pas* является исполнение *rond de jambe* в момент прыжка. Нога должна быть хорошо и четко подготовлена в экзерсисе.

Пример комбинации с rond de jambe en l'air sauté на 45°. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. На первую четверть — с правой ноги *sissonne ouverte* на 45° в сторону II позиции; на вторую четверть — *rond de jambe en l'air sauté en dehors*, на третью — повторить *rond de jambe*; на четвертую — *assemblé* (закончить в V позицию, правая нога сзади).

Второй такт. На первую четверть сделать с правой ноги маленькое *jeté battu*, отлетев в сторону II позиции; закончив его, левая нога занимает положение *sur le cou-de-pied* впереди; на вторую четверть — с левой ноги маленькое *jeté croisé* вперед; на третью четверть — *soupir* правой ногой и повторение с левой ноги *jeté croisé* вперед; на четвертую четверть — *assemblé*.

Третий такт. На первую четверть — с левой ноги *rond de jambe en l'air sauté en dehors* из V позиции; на вторую — *assemblé* (закончить в V позицию назад); на третью и четвертую четверти повторить *rond de jambe* и *assemblé* с правой ноги.

Четвертый такт. Исполнить два *échappées battus en tournant* в левую сторону, по половине поворота каждое.

Повторить комбинацию с другой ноги, затем исполнить в обратном направлении.

То же можно сделать с двойным *rond de jambe*.

Pas de basque

Pas de basque (шаг басков) — прыжок с одной ноги на другую. *Pas de basque* бывает двух видов: партерный и воздушный. Партерный (без отрыва от пола) выполняется вперед и назад *en face*, с поворотом на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ часть круга и — в старших классах — с полным поворотом (*en tournant*).

Grand pas de basque воздушный с большим прыжком и выбрасыванием ног на 90° также может быть сделан *en tournant*.

Изучение партерного *pas de basque* начинается в младших классах.

Последовательность изучения. 1. *Pas de basque* вперед. Первоначальное изучение. Размер $\frac{3}{4}$, два такта. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди.

За тактом сделать *demi plié*, приоткрыть руки в сторону и опустить их в подготовительное положение; на первую четверть правая нога вытягивается носком в пол на *croisé* вперед, руки поднимаются в I позицию, взгляд направлен на кисти рук. На вторую четверть, оставаясь на *demi plié*, провести правую ногу носком по полу в сторону II позиции (*demi rond de jambe par terre en dehors*), руки открываются на II позицию, голова поворачивается налево. На третью четверть положение сохраняется. На первую четверть второго такта — прыжок на правую ногу без отрыва от пола, левая нога быстро вытягивает пальцы в положение II позиции и сразу же (между первой и второй четвертью) проходит скользящим движением через I позицию (*passé*) на *demi plié* на *croisé* вперед носком в пол. В момент *passé* по I позиции руки опускаются вниз и вместе с ногой, скользящей на *croisé*, поднимаются в I позицию; голова и взгляд сопровождают кисти рук. На вторую четверть, скользя вперед носком левой ноги, проходящим движением перейти на нее на *demi plié* и, соединив обе ноги в прыжке в V позиции, с вытянутыми пальцами, продвинуться вперед без отрыва от пола. На третью четверть закончить прыжок в V позицию на *demi plié*, приоткрыв кисти рук и повернув голову налево. Отсюда повторить движение с другой ноги.

Pas de basque назад выполняется так же. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Сделать *demi plié*, левая нога вытягивается носком в пол на *croisé* назад и вместе с руками выводится в сторону II позиции (*demi rond de jambe en dedans*); прыжок без отрыва от пола на левую ногу; правая через I позицию *demi plié* проводится на *croisé* назад носком в пол, затем левая нога соединяется вместе с правой в партерном прыжке без отрыва от пола и с продвижением назад. Голова и руки сопровождают движение так же, как в *pas de basque* вперед.

2. *Pas de basque* вперед. Законченная форма. Размер $\frac{3}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi plié* в V позиции и *demi rond de jambe par terre en dehors* правой ногой. Все остальное выполняется, как в № 1.

3. Размер $\frac{2}{4}$. *Demi plié* и *rond de jambe par terre* делаются за тактом. На первую четверть — прыжок без отрыва от пола. Между первой и второй четвертью — *passé* по I позиции. Затем партерный прыжок двумя ногами, втянутыми в V позицию, и на вторую четверть — окончание прыжка в V позиции на *demi plié*, левая нога впереди.

Правила исполнения *pas de basque par terre*. В *pas de basque* должен четко присутствовать элемент прыжка (особенно в первой его части), но этот прыжок не должен носить характер *jeté*. Недопустимо отрываться от пола, в равной

мере недопустимо «ползать», что часто встречается при исполнении этого pas.

Делая pas de basque назад, необходимо следить, чтобы нога после первого прыжка, проводимая через I позицию на croisé назад, была до конца вытянута в колене, подъеме и пальцах. После этого обе ноги соединяются во втором скользящем прыжке. Нога, не вытянутая до конца, не доведенная до точки на croisée назад, придает pas de basque характер реверанса.

В законченной форме в средних классах в pas de basque вводится усложненное положение корпуса: если pas de basque выполняется вперед с правой ноги, то во время demi rond de jambe корпус и голова отклоняются влево к опорной ноге. В прыжке на правую ногу корпус и голова отклоняются направо. В заключении pas de basque корпус и голова подаются налево.

Исполняя pas de basque назад (правая нога впереди), на demi rond de jambe корпус отклоняется направо, во время pas de basque остается в том же положении и лишь в заключении прыжка подается налево.

Таким образом, в pas de basque вперед имеется три различных положения корпуса и головы; в pas de basque назад — два.

При любом музыкальном размере и темпе demi rond de jambe par terre должен выполняться за тактом и без малейшего опоздания. Разучивается pas de basque на $\frac{3}{4}$, в комбинации с другими pas выполняется в большинстве случаев на $\frac{2}{4}$.

PAS DE BASQUE ВПЕРЕД С ПОВОРОТОМ НА $\frac{1}{4}$ КРУГА (EN TOURNANT). Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом — demi plié и правой ногой demi rond de jambe par terre en dehors с поворотом на $\frac{1}{4}$ часть круга. Корпус отклоняется влево к опорной ноге, находящейся на demi plié. Руки, открываясь через I позицию на II одновременно с правой ногой, помогают повороту, причем правая рука и плечо дают легкий толчок, способствующий повороту на опорной ноге. Развернув корпус в точку 3 плана класса, исполнить pas de basque, закончив его в V позицию на croisé, между точками 3 и 4. Второй pas de basque выполняется с левой ноги, с поворотом обратно к зеркалу во время demi rond de jambe par terre en dehors левой ногой.

Усложняя движение, можно сделать по кругу в одном направлении четыре pas de basque вперед или назад.

Начав pas de basque вперед с правой ноги на $\frac{1}{4}$ часть поворота и закончив его в точку 3, второй pas de basque вперед с левой ноги сделать с поворотом в точку 5. Исполняя левой ногой demi rond de jambe par terre en dehors, повернуться на опорной ноге в правую сторону (как бы en dedans). Этому поможет пятка опорной ноги, поворачивающаяся вперед на demi

plié, и небольшой форс правой рукой в момент открывания рук на II позицию. Третий pas de basque аналогичен первому и заканчивается в точку 7; четвертый аналогичен второму и заканчивается к зеркалу в точку 1.

Так же исполняется pas de basque назад.

Эта форма pas de basque развивает сообразительность и приучает ученика к несколько неожиданным поворотам всей фигуры.

Продолжая усложнять pas de basque, его разучивают с поворотом на $1\frac{1}{2}$ часть круга.

Pas de basque назад с поворотом на $1\frac{1}{2}$ часть круга. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом сделать demi plié в V позиции, левая нога вытягивается на croisé назад носком в пол, руки в I позиции, корпус отклонен направо к опорной ноге, голова повернута направо, спина сильно подтянута в пояснице. Повернуться en dedans (направо) на опорной ноге, оставаясь на demi plié и поворачивая вперед пятку опорной ноги. Одновременно левая нога выводится в сторону, руки раскрываются на II позицию, голова остается повернутой направо. Поворот, исполняемый за тактом, оканчивается в точку 5 плана класса. На первую четверть — прыжок на левую ногу без отрыва от пола. Между первой и второй четвертью сделать passé по I позиции на demi plié, проводя правую ногу на croisée назад носком в пол, затем скользящий прыжок с продвижением назад, ноги соединяются в V позиции. На вторую четверть закончить прыжок в V позицию на demi plié, éraulement croisé между точкой 5 и 6, левая нога впереди. Руки и голова в тех же положениях, что и в предыдущем примере.

Второй pas de basque также исполняется с поворотом в правую сторону: за тактом — demi plié, правая нога вытягивается на croisé назад, руки в I позиции, голова повернута налево, корпус отклонен к опорной ноге. Проводя правую ногу в сторону и открывая руки на II позицию, развернуть корпус к зеркалу в точку 1, оставляя голову повернутой в сторону опорной ноги. На первую четверть — прыжок на правую ногу без отрыва от пола. Между первой и второй четвертью — passé по I позиции на demi plié (левая нога проводится на croisée назад носком в пол) и скользящий прыжок с продвижением назад, оканчивающийся в V позицию на demi plié, правая нога впереди, éraulement croisé между точками 8 и 1 плана класса.

Pas de basque вперед с поворотом на полный круг. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом — demi plié в V позиции, правая нога вытягивается на croisée вперед носком в пол; руки в I позиции, взгляд направлен на кисти рук. Затем корпус сильно отклоняется налево к опорной ноге, остающейся на demi plié, голова поворачивается

налево. Не задерживаясь, исполнить полный поворот en dehors (в правую сторону). Начиная поворот, сразу раскрыть руки на II позицию, причем правая рука и плечо активно содействуют повороту корпуса. Одновременно правая нога проводится носком по полу на II позицию легко, без упора в пол, так как акцентированное прикосновение носка к полу неизбежно затормозит поворот.

Положение корпуса, откинутого налево на опорную ногу, особенно обязывает следить за втянутостью бедра правой ноги, которая по инерции при повороте не должна заходить дальше II позиции.

Закончив полный поворот к зеркалу, на первую четверть сделать прыжок без отрыва от пола на правую ногу, передав на нее центр тяжести корпуса в положении en face, голову повернуть направо; левая нога проходящим движением вытягивается на II позицию и сразу же (между первой и второй четвертью) проходит по I позиции на demi plié на croisé вперед носком в пол; руки опускаются в подготовительное положение и поднимаются в I позицию, взгляд направлен на кисти рук. Скользящий прыжок без отрыва от пола с продвижением вперед и с соединением ног в V позиции заканчивается на вторую четверть в V позиции на demi plié. Корпус и голова отклоняются налево, руки приоткрываются в I позиции.

Если pas de basque повторяется с другой ноги, то, не опуская руки вниз, прямо из заключительной позы первого pas de basque рекомендуется вместе с движением ноги раскрывать их на II позицию.

Пример комбинации с pas de basque en face. Размер $\frac{2}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. Маленькое sissonne tombée на croisé вперед, заканчивающееся скользящим прыжком в V позицию. *Второй и третий такты* — pas de basque вперед с правой и с левой ноги. *Четвертый такт* — с правой ноги маленькое sissonne tombée на effacé вперед, заканчивающееся скользящим прыжком в V позицию, левая нога впереди. Повторить комбинацию с другой ноги, затем исполнить в обратном направлении.

Пример комбинации с pas de basque en tournant. Размер $\frac{2}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт — pas de basque вперед с полным поворотом en dehors в правую сторону. *Второй такт* — с левой ноги pas de basque вперед с полным поворотом en dehors в левую сторону. *Третий такт* — с правой ноги pas failli по диагонали в точку 2 в позу II arabesque, заканчивающееся скользящим прыжком в V позицию, левая нога впереди. *Четвертый такт* — sissonne renversée en dehors.

...так как
...загор-
...ую ногу.
...авой ноги.
...да ты же II

четверть
у, передав
голову по-
м вытяги-
торой чет-
сё вперед
положение

исти рук.
нием впе-
на вторую
клоняются
е опуска
de basque
их на II

n face.
 позиция,
 é вперед.
 . Второй
 вой ноги.
 ombée на
 в V по-
 с другой
 n tour-
 - V по-

оборотом
и pas de
сторону.
точку 2
прыжком
sissolne

сторону
точку 2
прыжком
sissoppe

Grand pas de basque может исполняться на $\frac{2}{4}$. Музыкальные четверти распределяются так же, как в маленьком pas de basque.

Правила исполнения grand pas de basque. Grand pas de basque присущи два различных прыжка: первый — большой, воздушный, второй — скользящий, партерный.

Demi rond de jambe на 90° должен исполняться строго за тактом. Толчок пяткой опорной ноги для прыжка происходит в момент, когда вторая нога описывает дугу на 90° . Задержка на demi plié и остановка, когда нога поднята на 90° в сторону II позиции, лишит прыжок легкости.

При возвращении после прыжка на пол следует опускаться в точку, над которой находится носок ноги, поднятой в сторону на 90° .

Движения корпуса и рук, повороты головы должны носить слитный характер. Поясница и ягодичные мышцы, как и на всех прыжках, подтянуты.

Saut de basque

Saut de basque (прыжок басков) — прыжок с одной ноги на другую, один из больших прыжков классического танца, встречающийся во многих вариациях и coda в самых разнообразных вариантах самого pas: с остановками на одной ноге, другая нога согнута у колена; с остановкой в больших позах; с двойным поворотом в воздухе и т. п. Исполняется по прямой линии и по диагонали с шага-coupiré, с pas cougu, с chassé и по кругу с chassé.

Последовательность изучения. 1. *Saut de basque по прямой линии с шага-coupiré (первоначальное изучение)*. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция en face, правая нога впереди. Движение из точки 7 в точку 3 плана класса. За тактом — одна из форм coupiré: левая нога делает demi plié, сильно акцентируя движение пятки в пол (почти делая удар); правая энергичным движением сгибается перед коленом опорной ноги; правая рука в I позиции, левая — на II, голова en face. Прямой подтянутый корпус, напряженные мышцы хорошо развернутых ног должны приготовить в этом coupiré все тело для сильного и сложного прыжка. На первую четверть, раскрывая правую руку на II позицию, сделать правой ногой небольшой шаг в сторону II позиции на demi plié, продолжая ощущать центр тяжести корпуса на левой ноге. Между первой и второй четвертью — прыжок, исполняемый следующим образом: передав центр тяжести корпуса на правую ногу и поворачиваясь направо на полкруга (спиной к зеркалу), оттолкнуться от пола,

забросив левую ногу через I позицию в сторону на 90°. Одновременно левая рука сильным движением через подготовительное положение поднимается в I позицию, правая остается на II; голова, на секунду оставленная повернутой к зеркалу, в прыжке повернута в профиль через левое плечо. Прыжок делается наверх и с пролетом к носку левой ноги, выброшенной на 90°. Повернуться в воздухе и закончить вторую половину поворота на вторую четверть к зеркалу в точку I на левую ногу на *demi plié*, правая согнута впереди у колена. Заканчивая прыжок, согнуть правую руку в I позицию и раскрыть левую на II, голова и корпус *en face*. Третью и четвертую четверти остаться в том же положении, тем самым утверждая устойчивость корпуса на опорной ноге после прыжка и подготавливая его для следующего прыжка. Таким образом, начало *saut de basque* (*coupé*), являющееся своего рода *préparation*, аналогично заключительному положению прыжка. Вот почему рекомендуется приступать к разучиванию *saut de basque* не с шага из V позиции или с *coupé sur le cou-de-pied*, а именно с этого приема.

Повторять *saut de basque* следует четыре раза, затем прорабатывать с другой ноги.

В дальнейшем его исполняют без длительной остановки, то есть на $\frac{2}{4}$ каждый.

Прежде чем перейти к описанию *saut de basque* с других приемов, необходимо остановиться на правилах исполнения, так как, независимо от подходов и темпа, эти правила останутся во всех вариантах *saut de basque*.

Правила исполнения *saut de basque*. Бедра и поясница должны быть абсолютно подтянуты; малейшая распушенность во время прыжка лишит его силы и должной формы.

Перед прыжком и в конце прыжка прямой подтянутый корпус устойчиво находится на опорной ноге на *demi plié*.

При исполнении *saut de basque* в правую сторону (с правой ноги) корпус поворачивается в момент прыжка левым плечом с очень энергичным переходом левой руки в I позицию (правая остается на II). Заканчивается поворот корпуса отведением правого плеча назад, и только в последний момент, при возвращении на *demi plié* в исходное положение (отнюдь не раньше), правая рука упругим движением переходит в I позицию.

Первая половина поворота корпуса на полкруга происходит в момент броска ноги на 90°; вторая половина поворота — в то время, когда опорная нога быстро подтягивается к колену ноги, выброшенной на 90°. Ясно ощущая эти два момента, все же следует исполнять поворот корпуса слитно.

Повороту помогает движение головы, повернутой во время прыжка в профиль через плечо и быстро возвращающейся *en face* в конце прыжка.

Левая нога, сильно выбрасываемая по полу через I позицию в сторону на 90° , должна быть выворотной, сильной и удерживать высоту 90° возможно дольше, содействуя воздушности прыжка, то есть баллону. Корпус подается за выброшенной ногой, что усиливает полетность прыжка.

Правая нога после отрыва от пола подтягивается к левой и сгибается у колена левой ноги предельно выворотная (нога, недостаточно закрепленная в согнутом положении, колено, отклоняющееся вперед или назад, испортят весь прыжок и придадут ему гротесковый характер).

Отдача от пола на прыжок должна быть очень короткой, независимо от подхода, предшествующего *saut de basque*.

Например: сделав *couré* за тактом на и, шаг и прыжок исполнить чуть позже первой четверти, как бы опаздывая на раз поставить ногу и оттолкнуться от пола.

Saut de basque по диагонали сверху вниз. Исполняется, как и *saut de basque* по прямой с шага-*couré*, но в прыжке и в *couré-préparation* вся фигура распределяется по диагонали; голова повернута через плечо в направлении точки 2 при исполнении с правой ноги и в направлении точки 8 при исполнении с левой. Бросок ноги на 90° с прыжком делается в угол, в заключении прыжка корпус и голова возвращаются в исходное положение. Руки могут быть в I—II, II—I позициях, обе руки в III позиции или одна в III, другая на I позиции.

Saut de basque с chassé по прямой. Законченная форма. Размер $2\frac{1}{4}$. Движение из точки 7 в точку 3. *Préparation*: правая нога на *croisé* вперед, носком в пол; правая рука в I позиции, левая — на II, голова повернута направо.

За тактом — *demi plié* на левой ноге, правая сгибается *sur le cou-de-pied* впереди, корпус и голова поворачиваются *en face*. Продвинув правую ногу в сторону (шаг), сделать по прямой линии *pas chassé*, соединив ноги в скользящем прыжке в V позиции, правая нога впереди; руки раскрываются на II позицию, кисти слегка приподнять и повернуть их ладонями вниз. Затем сделать шаг-*couré* и с небольшим опозданием поставить правую ногу с акцентом на пол на первую четверть. Между первой и второй четвертью — *saut de basque*, заканчивающийся на вторую четверть на *demi plié* на левой ноге (исполняемый, как описано в *saut de basque*, по прямой с шага-*couré*).

Во время толчка от пола руки одновременно с броском ноги на 90° сильным движением переходят снизу в III позицию, в заключении прыжка фиксируются в III позиции и только на следующем *chassé* снова раскрываются на II позицию. Разбросанность рук, преждевременное их раскрытие мешают собранности корпуса в прыжке и устойчивой остановке на *plié*.

после прыжка. (Движения рук могут комбинироваться, как указано в предыдущем примере.)

Исполняя *saut de basque* с *chassé* несколько раз подряд, необходимо следить, чтобы *pas chassé* и шаг каждый раз делались в положении *en face* (по диагонали — в положении на диагонали), то есть чтобы корпус и ноги не поворачивались по инерции раньше времени, поворот должен быть лишь в момент толчка от пола. Особенно рекомендуется следить за этим, исполняя *saut de basque* с *chassé* по косой сверху вниз.

Приходится наблюдать, что при неправильном исполнении почти половина поворота корпуса делается во время *chassé*, а для самого *saut de basque* остается $\frac{1}{4}$ поворота. Двигаясь на *chassé* по диагонали из точки 6 в точку 2, надо держать корпус правым плечом к точке 2, левым к точке 6 до момента, когда правая нога ставится на пол для поворота и толчка для прыжка (*saut de basque*). При движении по диагонали из точки 4 в точку 8 корпус повернут левым плечом к точке 8, правым — к точке 4.

Голова на *pas chassé* находится в профильном положении и повернута через плечо, во время прыжка поворачивается в угол в направлении выбрасываемой на 90° ноги и в заключении прыжка снова принимает профильное положение.

Saut de basque с остановкой в большую позу. Исполняется, как указано в предыдущих примерах, но в заключении прыжка нога, сгибающаяся к колену опорной, быстро проводится в позу *attitude croisée*, III, IV *arabesques* и т. п.

Применяется также вариант окончания *saut de basque* в позу на колено. Наиболее трудным является *saut de basque* с двойным поворотом корпуса в воздухе. Изложенные выше правила исполнения *saut de basque* с одним поворотом целиком относятся и к этому виду *saut de basque*, но для двойного поворота требуется наиболее сильный форс рук, способствующий повороту корпуса.

Пример комбинации. Размер $\frac{2}{4}$, восемь тактов. *Préparation*: правая нога на *croisé* вперед, носком в пол. Движение по прямой из точки 7 в точку 3. **Первый такт**: *chassé* и *saut de basque*. **Второй такт**: повторить *saut de basque* с *chassé* (руки на I и II позициях). **Третий такт**: *sissonne tombée* и большой *cabriole* в I *arabesque* в точку 2 (по диагонали). **Четвертый такт**: по диагонали вверх из точки 2 в точку 6 *chassé* и *grand assemblé en tournant* с руками в III позиции. **Пятый и шестой такты**: раскрыв руки на II позицию, сделать три *entrechat-six* и поворот в V позиции на полупальцах (в правую сторону); закончить его *coupé* (*plié* на левой ноге, правая *sur le cou-de-pied* впереди). **Седьмой и восьмой такты**: по диагонали из точки 6 в точку 2 сделать два *saut de basque* с *chassé*, руки в III позиции. Второй *saut de basque* закончить в большую

позу III arabesque лицом в точку 2 (правая нога на croisé сзади на 90°).

Pas ciseaux

Pas ciseaux (ножницы) — большой прыжок с одной ноги на другую с попеременным выбрасыванием ног вперед на 90°. Исполняется с предварительного шага-coupe на croisé вперед, с développé на 90° в позу croisée вперед, с glissade.

Последовательность изучения (первоначальное изучение). 1. Размер $\frac{4}{4}$. Встать на левую ногу, правую отвести на croisé назад, носком в пол. За тактом приоткрыть руки в сторону и вернуть их в подготовительное положение.

На первую четверть резким движением выбросить правую ногу через I позицию в effacé вперед на 90°, опуститься на левой на demi plié; корпус сильно откинуть назад, голову повернуть налево, руки в I позиции. На вторую четверть положение сохраняется. Между второй и третьей четвертью, оттолкнувшись левой ногой от пола, прыгнуть вверх, левая нога присоединяется в воздухе к правой, сохраняющей высоту 90°, корпус откинут назад, руки в I позиции. Сразу же левая нога отбрасывается через I позицию назад на 90°, правая опускается на demi plié, корпус резко передается вперед на правую ногу в позу I arabesque по диагонали по направлению точки 2. Окончание прыжка в I arabesque приходится на третью четверть. На четвертую — положение сохраняется. На следующий такт в $\frac{4}{4}$ сделать шаг вперед левой ногой и принять исходное положение для повторения движения.

2. Законченная форма. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение то же. На первую четверть — бросок правой ноги в effacé вперед на 90°. Между первой и второй четвертью — прыжок, как описано в № 1. На вторую четверть закончить прыжок в позу I arabesque. Третья и четвертая четверти — шаг вперед в исходное положение.

Pas ciseaux с приема шага-coupe на croisée вперед. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, левая нога впереди. За тактом — demi plié на правой ноге, левая отделяется от пола в условное положение sur le cou-de-pied впереди на маленьком расстоянии от опорной ноги; руки приоткрываются в сторону. На первую четверть левая нога ставится вперед с носка на пятку (шаг-coupe) в IV позицию croisé на demi plié, корпус наклоняется вперед, центр тяжести тела передается на левую ногу, голова слегка опускается вниз, руки закрываются в подготовительное положение. Не задерживаясь, одновременно с прыжком резким движением выбросить правую

ногу на effacé вперед на 90°, сильно откинув корпус назад и подняв руки в I позицию. Левая нога присоединяется в воздухе зад на 90°, правая опускается на demi plié, корпус резко передается вперед в позу I arabesque. Заканчивается все pas на вторую четверть.

Так же исполняется pas ciseaux с предварительным développé croisé вперед на 90°. Это применяется в конце комбинации allegro или в adagio. Находясь в готовой позе на всей ступне (правая нога на croisée вперед на 90°), следует за тактом подняться на полупальцы, раскрыть и опустить руки вниз и упасть (tombé) на правую ногу на demi plié, передавая на нее центр тяжести корпуса; затем исполнить pas ciseaux, как описано выше.

Pas ciseaux можно исполнить и назад. Из позы effacée вперед (правая нога на высоте 90°) сделать правой ногой шаг назад на plié, опуская руки вниз. Передать центр тяжести корпуса на правую ногу, левую выбросить через I позицию назад на 90°, одновременно наклонить корпус вперед, соединить руки в I позиции и прыгнуть. В прыжке правая нога быстро присоединяется к левой сзади и резко проводится через I позицию в effacé вперед на 90°; левая опускается на demi plié. Корпус, руки и голова принимают исходное положение позы effacée на 90°.

Pas ciseaux с предварительным glissade исполняется так же. Pas glissade исполняется за тактом, коротким движением вперед по диагонали.

Правила исполнения pas ciseaux. Характерной особенностью pas ciseaux является быстрая передача корпуса, откинутого в прыжке в горизонтальном положении назад, вперед в arabesque. Передача корпуса происходит резко, без плавных промежуточных положений. В обоих положениях корпуса спина и бедра сильно подтянуты.

Бросок ног большим battement вперед делается очень быстро и с задержкой на высоте 90°.

При возвращении с прыжка в I arabesque на demi plié нельзя задерживать ногу в воздухе впереди или проводить ее назад отдельным движением. Нога бросается по полу назад на 90° без малейшего опоздания, обе ноги принимают заключительное положение одновременно.

Pas ballotté

Ballotté — качание, качающееся движение (от франц. ballotter — качаться). «Название очень образное и вызывает представление о качающейся на волнах лодке», — говорит

А. Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца» о характере движения.

Последовательность изучения. 1. Первоначальное изучение (носком в пол). Размер $\frac{1}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié* и, соединив ноги в прыжке в V позиции, сильно отлететь вперед на *effacé*. Ноги не должны быть чрезмерно вытянуты в коленях. Ступни напряженно и крепко сомкнуты в воздухе в V позиции. Корпус откинут назад, руки быстро переходят в невысокую I позицию. На первую четверть, оставляя корпус откинутым назад, опуститься на левую ногу на *demi plié*, открыв правую на *effacé* вперед носком в пол. Открывание ноги не должно быть жестким, но и не должно носить характера *sissonne ouverte*, при котором нога, сгибаясь в колене, открывается через *sur le cou-de-pied*. Открывание ноги делается только кончиком носка, тем самым движение смягчается. Левая рука открывается в I позицию, правая — на II, голова поворачивается налево. На вторую четверть, выпрямляясь и оставляя корпус на *effacé*, исполнить *assemblé*, опустив руки в подготовительное положение. На третью четверть снова соединить ноги в прыжке в V позиции и сильно отлететь назад через точку, из которой начинался прыжок. Корпус передается вперед, руки соединяются в невысокую I позицию. Прыжок заканчивается *demi plié* на правой ноге, левая принимает положение *effacé* сзади носком в пол. Правая рука в I позиции, левая — на II, корпус наклонен вперед, голова и взгляд — в направлении правой руки. На четвертую четверть сделать *assemblé*, соединив ноги в V позицию на *demi plié*, левая нога сзади.

2. *Ballotté* с открыванием ног на 45° . Исполняется как в № 1, но в заключении прыжка нога открывается на 45° .

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. *Préparation*: левая нога на *croisé* сзади носком в пол. За тактом сделать *demi plié* и прыжок, соединив ступни в воздухе в V позиции; руки переходят в невысокую I позицию; корпус поворачивается в положение *effacé* и откидывается назад.

Сильно отлететь вперед в направлении точки 2 и закончить прыжок на первую четверть *demi plié* на левой ноге, правая открывается на *effacé* вперед на 45° , как указано в № 1. Левая рука в I, правая на II позиции, корпус сильно откинут назад, голова повернута налево. Между первой и второй четвертью прыгнуть с сильным отлетом по диагонали назад, соединив ступни в воздухе в V позиции. Корпус на секунду выпрямляется, но тотчас передается вперед; правая рука подхватывается снизу кистью и соединяется с левой в I позиции. Прыжок оканчивается на вторую четверть *demi plié* на правой ноге,



ARABESQUES



ДУЭТ

левая
редает
левая
тем пр
Пр
восьм
С
(бал
выше
на 90

П
ния
вать
прав
пряж
шего
заме
тель
кач

под

в т
над
ния
под
сле
пл

пр
пр
но

н
т
п

т
с
с

левая открывается на effacé назад на 45°. Корпус сильно передается вперед на опорную ногу. Правая рука в I позиции, левая на II; взгляд направлен вперед через правую руку. Затем прыжок повторяется.

При разучивании ballotté полезно делать его от четырех до восьми раз подряд.

Существует ballotté с открыванием ног поочередно на 90° (балет «Жизель»). Оно исполняется так же, как и описанное выше ballotté, но в заключении ноги поочередно открываются на 90° приемом développé.

Правила исполнения pas ballotté. Перемещения корпуса в этом прыжке должны быть плавными и сливаться с движениями ног, рук и головы. Несмотря на то, что правильно, красиво исполняемое ballotté требует большого напряжения корпуса и ног, не должно быть заметно ни малейшего усилия. Остановки на demi plié не фиксируются, они едва заметны глазу. Должно создаваться впечатление, что исполнитель, перелетая по диагонали вперед и назад, непринужденно качается в воздухе, почти не касаясь пола.

При исполнении этого pas особенно необходимы крепко подтянутые спина и бедра.

Делая ballotté с правой ноги по диагонали из точки 6 в точку 2, пролетая вперед и раскрывая вперед правую ногу, надо следить за ровной линией плеч и не допускать поднимания правого плеча, при этом правый бок должен быть сильно подтянут. Пролетая назад и раскрывая левую ногу, также надо следить за ровностью плеч и не допускать отклонения левого плеча назад и обязательно подтягивать левый бок.

Начиная первый прыжок с épaulement croisé, корпус на протяжении всех ballottés оставлять в положении effacé как при раздельном первоначальном, так и при законченном слитном исполнении.

Pas ballonné

Pas ballonné (подобный мячу, отскакивающий) — прыжок на одной ноге с продвижением в любом направлении за работающей ногой, вытягивающейся во время прыжка и возвращающейся в положение sur le sou-de-pied.

Изучение ballonné начинается в младших классах (второй, третий), но должно продолжаться в средних и старших классах и как можно чаще включаться в первую или вторую комбинацию маленького allegro. Ballonné встречается на сцене в массовых танцах («Спящая красавица» вальс I акта, II акт — танец неренд) и носит характер проходящего танцевального

pas. В классной работе ballonné — это сложный и трудный прыжок, подготавливающий и вырабатывающий трамплинный прыжок с отлетом в любом направлении.

Часто повторяемое ballonné положительно отражается на исполнении grands jetés и ряда других прыжков, на первый взгляд не имеющих ничего общего с pas ballonné.

Вначале ballonné разучивается на месте, то есть с прыжком только наверх, и заканчивается assemblé; затем исполняется три-четыре прыжка подряд, также заканчивающихся, assemblé. После этого можно перейти к разучиванию ballonné с отлетом, начав с одного прыжка и постепенно увеличивая количество прыжков до четырех.

Рекомендуется следующий порядок изучения: 1) ballonné в сторону II позиции; 2) в позах croisée вперед и назад, 3) в позах effacée вперед и назад; 4) в écartée назад и вперед.

Последовательность изучения. 1. Ballonné в сторону II позиции. Размер $\frac{1}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — demi plié. Между первой и второй четвертью, оттолкнувшись пятками от пола, прыгнуть наверх; вытянутая правая нога скользящим движением по полу выбрасывается в сторону II позиции на высоту 45° ; одновременно левая отрывается от пола и находится в воздухе в вертикальном положении; руки из подготовительного положения раскрываются на II позицию (ладони повернуты вниз); корпус и голова en face. На вторую четверть левая нога опускается на demi plié, правая одновременно сгибается sur le sou-de-pied впереди; правая рука переходит в I позицию, левая остается на II позиции, кисти закругляются; корпус en face; голова повернута прямо или к правому плечу. Между второй и третьей четвертью, скользнув носком правой ноги по полу в сторону II позиции, исполнить assemblé. Закончить его в V позиции на demi plié, правая нога сзади. Начиная assemblé, отвести правую руку в сторону и, снижая обе руки на II полупозицию, опустить их в заключении assemblé в подготовительное положение. На четвертую четверть вытянуть колени.

На следующий такт $\frac{1}{4}$ повторить ballonné в обратном направлении: выбросить в прыжке правую ногу в сторону II позиции и, заканчивая прыжок на demi plié, согнуть ее sur le sou-de-pied сзади. Правая рука на II позиции, левая в I; голова en face или повернута к левому плечу. Закончить assemblé в сторону II позиции, правая нога впереди.

Так же на $\frac{1}{4}$ разучивается ballonné в позах croisée и effacée. При исполнении ballonné с правой ноги в позу croisée руки из подготовительного положения поднимаются — левая в I, правая на II позицию; в позе effacée руки остаются в том же положении. При повторении ballonné в позах несколько раз

подряд положение рук не изменяется, исключением является *ballonné* в сторону II позиции, где руки открываются при каждом прыжке на II позицию, а в заключении поочередно сгибаются в I позицию.

2. Размер $\frac{2}{4}$. *Demi plié* и прыжок исполняются за тактом. На первую четверть — *demi plié* на опорной ноге, другая согнута *sur le cou-de-pied*. Между первой и второй четвертью *assemblé*, заканчивающееся в V позицию на *demi plié* на вторую четверть.

3. *Ballonné* с отлетом в позу *effacée*. Законченная форма. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2 плана класса. За тактом сделать *demi plié* (в *épaulement croisé*) и, оттолкнувшись от пола, сильно прыгнуть наверх, повернув корпус на *effacée* в точку 2. Правая нога, скользя по полу, выбрасывается на *effacé* вперед на высоту 45° , левая рука в I, правая на II позиции, голова поворачивается налево. В прыжке пролететь вперед к носку правой ноги и на первую четверть опуститься на *demi plié* на левую ногу, одновременно согнув правую *sur le cou-de-pied* впереди. Из этого положения исполнить на вторую и третью четверти еще два *ballonné*, каждый раз пролетая в направлении выброшенной правой ноги, причем правая нога в прыжке вытягивается вперед непосредственно из положения *sur le cou-de-pied*, не задевая носком пола. Руки, корпус и голова остаются в положении, принятом в первом *ballonné*. На четвертую четверть, приоткрыв руки в сторону, исполнить *assemblé* в сторону II позиции и закончить его в V позицию на *demi plié, épaulement croisé*, правая нога сзади; руки опустить в подготовительное положение.

Повторить движение с другой ноги, затем исполнить в обратном направлении с отлетом по диагонали назад.

Ballonné в позы может исполняться с предварительного *soupiré* в *épaulement croisé*. Поворачиваться в заданную позу (например, *effacée* или *écartée*) следует в момент прыжка. Короткое *soupiré* и прыжок делаются за тактом. Перед *ballonné* впе-ред нога, находящаяся в V позиции сзади, в момент *plié* сгибается *sur le cou-de-pied* сзади, затем коротким движением ставится на пол (в V позицию), акцентируя *plié*, и как бы ставится с места ногу, находящуюся впереди, и тотчас открыва-ется от пола. Перед *ballonné* назад *soupiré* делается впереди. Цель данного *soupiré* — увеличить толчок от пола наверх с от-летом в заданном направлении.

Правила исполнения *pas ballonné*. *Ballonné* является движением, развивающим прыжок на одной ноге с продвижением по воздуху.

Первое ballonné из V позиции начинают с толчка от пола двумя ногами, то есть делают его с двух ног на одну. Все последующие ballonné делают с одной ноги на одну. Перелет по воздуху происходит в сторону выбрасываемой ноги. При исполнении прыжка несколько раз подряд следует эластично опуститься на demi plié и, не теряя силы мышц, сразу отталкиваться для следующего прыжка.

Сгибание ноги sur le cou-de-pied должно совпадать с окончанием прыжка на опорную ногу на demi plié. Совершенно недопустимо сгибать ногу с опозданием.

При повторении прыжка на одной ноге нельзя снижать или повышать высоту ноги, открываемой на 45°, и задевать носком пол. При выбрасывании и сгибании ноги назад нужно особенно следить за подтянутостью ягодичных мышц.

В прыжке и на demi plié бедра и плечи держатся ровно, спина остается подтянутой. Для устойчивости остановки на plié рекомендуется удерживать корпус от наклона к опорной ноге и сильнее подтягивать бок со стороны ноги, сгибающейся sur le cou-de-pied.

Наклон корпуса к опорной ноге мешает отдаче от пола и нарушает правильность поз.

Пример комбинации с pas ballonné для младших классов. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта.

Первый такт. Исходное положение — V позиция éraulement croisé, правая нога впереди. На первую четверть — ballonné с правой ноги с отлетом в сторону II позиции. В заключении прыжка — правая нога sur le cou-de-pied впереди; правая рука в I, левая на II позиции; корпус en face, голова повернута направо. На вторую четверть — второе ballonné в том же направлении, в заключении прыжка — правая нога sur le cou-de-pied сзади; левая рука в I, правая — на II позиции, голова поворачивается налево. На третью четверть третье ballonné, правая нога sur le cou-de-pied впереди; правая рука в I, левая — на II позиции, голову повернуть направо. На четвертую четверть — assemblé правой ногой в сторону II позиции, заканчивающееся в V позицию éraulement croisé, правая нога сзади.

Второй такт. На первую четверть — с левой ноги ballonné с отлетом в позу croisée вперед; правая рука в I, левая на II позиции, голова повернута налево. На вторую и третью четверти исполнить еще два ballonné с отлетом, не меняя положения рук и головы. На четвертую четверть — assemblé в сторону II позиции, заканчивающееся в V позицию, левая нога сзади.

Третий такт. На первую и вторую четверти — grand échappé с переменой ног на II позицию; на третью и четвертую четверти — grand échappé в IV позицию croisé.

Четвертый такт — с правой ноги три ballonné на croisé на-

зад; правая
налево. За
Пример
Размер $\frac{2}{4}$
éralement
Первый
вперед на
и на одну
чании — пр
Третий
croisée наза
Четверт
pié en tou
trechat-qua
Пятый
назад на с
на одну че
левая нога
Седьмо
semblé cro
Восьмо
пот в ле
croisée. С
demi plié.

Pas ch
жением
нога «до
Chass
комбини
в большо
Кром
разбег
В пе
ным отр
effacé н
Во в
скользя
с вытя
ниях, п
прямой
В м
шой п
tombée
скольз

зад; правая рука в I, левая — на II позиции, голова повернута налево. Закончить — *assemblé* в сторону II позиции.

Пример комбинации для средних классов. Размер $2/4$, восемь тактов. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди.

Первый и второй такты: с правой ноги два *ballonnés effacés* вперед на одну четверть каждое, два на одну восьмую каждое и на одну четверть — *assemblé* в сторону II позиции; при окончании — правая нога в V позиции сзади.

Третий такт: *entrechat-trois* назад (левой ногой) и *assemblé croisée* назад.

Четвертый такт: на первую четверть — *grand changement de pied en tournant* (поворот в левую сторону), на вторую — *entrechat-quatre* и *royale* (на одну восьмую каждый).

Пятый и шестой такты: с левой ноги два *ballonnés effacés* назад на одну четверть каждое, два на одну восьмую каждое и на одну четверть *assemblé* в сторону II позиции; при окончании левая нога в V позиции впереди.

Седьмой такт: *entrechat-trois* вперед (правой ногой) и *assemblé croisée* вперед.

Восьмой такт: *grand changement de pied en tournant* (поворот в левую сторону) и *grande sissonne ouverte* в attitude *croisée*. Остановка на левой ноге в позе attitude *croisée* на *demi plié*.

Pas chassé

Pas chassé (от франц. *chasser* — гнать) — прыжок с продвижением во всех направлениях, при исполнении которого одна нога «догоняет» другую в высшей точке прыжка.

Chassé существует как самостоятельное *pas allegro*, может комбинироваться с другими прыжками, а также включаться в большое *adagio* в средних и старших классах.

Кроме того, *chassé* имеет и вспомогательное значение как разбег перед большими прыжками.

В первом случае *chassé* делается с продвижением, с сильным отрывом от пола, в направлениях в сторону, на *croisé*, на *effacé* на *écarté* вперед и назад.

Во втором случае *chassé* исполняется скорее как партерный скользящий прыжок, в котором ноги соединяются в V позиции с вытянутыми пальцами почти без отрыва от пола в направлениях, предшествующих какому-нибудь большому прыжку по прямой линии, по диагонали и по кругу.

В младших и средних классах *chassé*, исполняемое как большой прыжок, начинается с маленького проходящего *sissonne* *tombée* или с *développé* на полупальцах на 90° ; заканчивается скользящим прыжком без отрыва от пола, аналогичным заклю-

чительному движению *pas de basque*. Между *sissonne tombée* и заключительным прыжком исполняются два, а иногда шесть *chassés*.

В *adagio chassé* может начинаться из любой большой позы с подъема на полупальцы, после чего делается широкое *tombé*, два *chassés* и скользящий прыжок в V позицию. Общепринято заканчивать *chassé* и в большой позе на *plié*, а также в большое *préparation* в IV позицию для туров в позах на 90° *en dehors* и *en dedans*.

Chassé исполняется и перед турами в воздухе (туры *en l'air*); в этом случае оно заканчивается в V позицию *demi plié*, в *préparation* для туров.

Pas chassé в сторону II позиции. Размер $\frac{4}{4}$ или четыре такта по $\frac{3}{4}$ (вальс). Исходное положение — V позиция *écartement croisé*, правая нога впереди. Движение по прямой линии направо.

За тактом, приоткрыть руки в сторону, опустить их в подготовительное положение, пригнув корпус и голову вниз и слегка влево, одновременно опуститься на *demi plié*; проходящее *sissonne tombée* правой ногой в сторону II позиции, причем корпус не передается на правую ногу, а выпрямляется и отклоняется налево; руки раскрываются на II позицию, голова наклонена к левому плечу. На первую и вторую четверти — два *chassés*, исполняемых следующим образом: упасть (*tombé*) на правую ногу, сразу оттолкнуться на большой прыжок и присоединить в воздухе левую ногу к правой в V позиции сзади. Прыжок должен быть по возможности высок, с задержкой и продвижением в воздухе в сторону. Коснувшись пола и продвинув правую ногу в сторону II позиции, снова соединить ноги в воздухе в V позиции, продолжая пролет в сторону. На третью четверть, приоткрыв правую ногу в сторону, упасть на нее на *demi plié* и в партерном прыжке, не отрываясь от пола, также продвинуться в сторону. На четвертую четверть опуститься в V позицию на *demi plié*, в последний момент поставить левую ногу вперед.

Пригнув корпус направо, повторить все *pas* с другой ноги по прямой влево. При продвижении направо корпус будет немного отклонен налево; правая нога впереди и лишь в заключении *pas* в V позицию левая нога ставится вперед. При продвижении влево, корпус отклоняется направо, впереди находится левая нога; в заключении движения — V позиция, правая нога впереди.

Chassé в направлении *croisé*, *effacé* и *écarté* исполняется так же. Руки по заданию могут быть одна в I, другая на II позиции или в III и II позициях.

В позе *croisée*, если движение начинается с правой ноги, можно поднять в III позицию левую руку, правая — на II;

можно открыть на II позицию левую руку и наклонить голову под правую руку, поднятую в III позицию, или поднять обе руки в III позицию. В позах effacée и écartée также допустимы варианты положений рук.

Правила исполнения pas chassé. Chassé как самостоятельное прыжковое pas должно исполняться широко, через весь зал во всех направлениях по прямой линии, на croisée и по диагонали. Сомкнутость и задержка ног в V позиции в воздухе напоминают большое changement de pied с той только разницей, что в данном случае нет перемены ног (changement), но есть продвижение по воздуху.

Demi plié в промежутках между прыжками не фиксируются, отрыв от пола короткий, быстрый, задержка в воздухе по возможности длительная.

Не следует «подбивать» одной ногой другую, в равной мере нельзя допускать отставания ноги, находящейся сзади при движении вперед и впереди при движении назад, и скольжения ею по полу. Надо помнить, что chassé в классическом танце не имеет ничего общего с chassé исторического и бытового танца.

В позах croisée и effacée в последнем скользящем прыжке корпус немного перегибается назад, руки, раскрываясь на II позицию, постепенно опускаются вниз. Если chassé исполняется назад с предварительным développé на полупальцах, то есть с attitude croisée или с attitude effacée, то в момент tombé нога из attitude вытягивается.

Chassé — движение динамичное, исполняется в среднем и преимущественно быстром темпе.

Pas glissade

Glissade (скользящий, от франц. glisser — скользить) — прыжок с двух ног на две. Как и pas chassé, glissade может исполняться как самостоятельное движение и как вспомогательное pas, предшествующее маленьким и большим прыжкам.

Glissade относится к партерным прыжкам без отрыва от пола; делается в сторону и во всех направлениях в маленькие позы. Изучение начинается в младших классах.

Последовательность изучения. 1. Glissade в сторону. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция en face, правая нога впереди. На первую четверть сделать demi plié, правая нога, скользя по полу, достигает II позиции с вытянутым подъемом и пальцами, левая остается на plié. На вторую четверть положение сохраняется. Между второй и третьей четвертью положение сохраняется.

четвертью, оттолкнувшись пяткой левой ноги, сделать прыжок без отрыва от пола, в котором есть момент, когда обе ноги находятся в положении II позиции с вытянутыми коленями и касаются пола только вытянутыми пальцами; тотчас центр тяжести корпуса передается на правую ногу, левая, скользя по полу, подтягивается к правой. На третью четверть обе ноги соединяются в V позиции на *demi plié*, левая нога сзади. На четвертую четверть колени вытягиваются.

Glissade можно сделать и с переменной ног.

2. Размер $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти — *demi plié* в V позиции. Между второй и третьей четвертью правая нога проскальзывает в сторону II позиции, прыжок, левая нога с вытянутым коленом и пальцами быстро подводится к правой. На третью четверть ноги соединяются в V позиции на *demi plié*. На четвертую четверть колени вытягиваются.

Так же разучивается *glissade* в маленькие позы.

3. Законченная форма. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди, движение по прямой направо. За тактом — *demi plié*, правая нога быстро скользит носком по полу до II позиции, прыжок, центр тяжести корпуса передается на правую ногу, левая с вытянутым в прыжке коленом и пальцами, подводится к правой в V позицию на *demi plié* впереди на первую четверть. Руки во время *glissade* приоткрываются в сторону на полувысоту; в заключении *glissade* они остаются открытыми, голова поворачивается налево (*épaulement croisé*). На следующие три четверти повторяются три *glissades* с правой ноги в правую сторону с переменной ног. Голова каждый раз меняет положение и поворачивается в заключении *glissade* в сторону ноги, находящейся в V позиции впереди. Руки остаются в первоначальной маленькой II позиции и только на последнем *glissade* опускаются в подготовительное положение.

При исполнении *glissade* несколько раз подряд в одну и ту же позу (*croisée*, *effacée* и т. д.) руки принимают положение, заданное на первом прыжке и так же, как в *glissade* на II позицию, опускаются вниз на последнем движении.

Правила исполнения *pas glissade*. Первоначальное изучение *glissade* имеет целью подготовить ноги для правильного исполнения прыжка в законченной форме, то есть слитно с двух ног на две. Для этого необходимо следить за работой ноги, заканчивающей движение. В прыжке без отрыва от пола должны быть до конца вытянуты подъем, пальцы, колено этой ноги. Заканчивается *glissade* в V позицию на *demi plié* одновременно обеими ногами. Особенно приходится следить за ногой, вытягивающейся сзади при *glissade* вперед, а также за ногой, вытягивающейся вперед при *glissade* назад.

Glissade как вспомогательное pas для маленьких и больших прыжков выполняется за тактом коротким, собранным и быстрым движением; заканчивается на четверть и на эту же четверть начинается прыжок, для которого glissade служит вспомогательным движением. Разбросанный, широкий glissade недопустим: он уменьшает, а не увеличивает последующий прыжок (например, glissade в сочетании с grand jeté).

Во всех glissades корпус передается в направлении ноги, начинающей движение.

В законченном виде glissade выполняется на $\frac{1}{4}$ и на $\frac{1}{8}$.

Пример комбинации с pas glissade в младших классах. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, правая нога впереди.

Первый такт. На первую и вторую четверти — два glissades с переменой ног в сторону II позиции (направо), на одну четверть каждый; на третью и четвертую четверти — три glissades с переменой ног в сторону II позиции (направо), на одну восьмую каждый.

Второй такт. На первую четверть — с левой ноги glissade croisée вперед; на вторую четверть — с правой ноги glissade croisée назад. На третью и четвертую четверти — маленькое échappée с переменой ног на II позицию.

Третий такт. На первую и вторую четверти — с левой ноги glissade без перемены ног и маленькое assemblé в сторону, заканчивающиеся в V позицию, левая нога впереди; на третью и четвертую четверти — с правой ноги glissade в сторону без перемены ног и assemblé с переменой ног.

Четвертый такт. На первую и вторую четверти — два glissades с правой ноги без перемены ног, на одну четверть каждый, в позе écartée назад с продвижением по диагонали к точке 2. На третью и четвертую четверти — два glissades с левой ноги без перемены ног, на одну четверть каждый, в позе écartée вперед с продвижением по диагонали к точке 6.

Комбинация повторяется с другой ноги и затем выполняется в обратном направлении.

Pas failli

Failli (ослабевающий, от франц. faillir — слабесть) выполняется как самостоятельное прыжковое pas и как связующее движение перед большими прыжками (например, grand assemblé, grand jeté; failli-coupé — grand jeté в attitude croisée или в III arabesque и т. п.).

Failli широко используется и в adagio, где оно может закончиться с остановкой на одной ноге, другая — на croisé

сзади носком в пол, в позе *croisée*, в позе IV *arabesque* или в IV позицию на *croisé* в *préparation* для туров.

FAILLI КАК САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ PAS ALLEGRO. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, слегка приоткрыть руки в сторону и опустить их вниз, пригнув корпус налево; прыгнуть наверх, сильно вытянув пальцы (прыжок типа *soubresaut*). В прыжке корпус поворачивается на *effacé* к точке 2 плана класса; руки поднимаются в I позицию, голова повернута *en face*. Затем опуститься на *demi plié* на правую ногу, левая, вытянутая, открывается на *effacé* назад на 45° ; руки отводятся на II позицию, голова поворачивается налево. На первую четверть, не задерживаясь, провести левую ногу через I позицию на *demi plié* на *croisé* вперед носком в пол (правая остается на *demi plié*). В момент *passé* по I позиции сильно закрепляется поясица, корпус слегка выгибается назад, плечи остаются ровными; в то же время левая рука опускается вниз и мягко, непринужденно, с свободным локтем проводится вперед в положение II или IV *arabesque* (для IV *arabesque* сильно отводится назад правое плечо). Голова следует за направлением движения руки, опускается вниз и снова поворачивается налево. Сохраняя позу, проскользнуть вперед за носком левой ноги и на вторую четверть, соединив ноги в партерном прыжке без отрыва от пола, опуститься в V позицию на *demi plié*, левая нога впереди.

Failli с остановкой в позе croisée. Исполняется, как в предыдущем примере, но после *passé* по I позиции на *demi plié* перейти на левую вытянутую ногу, проведя руки через подготовительную и I позицию в позу *croisée*; правая рука в III позиции, левая — на II; правая нога на *croisée* сзади носком в пол.

FAILLI КАК ТРАМПЛИННОЕ ДВИЖЕНИЕ ПЕРЕД БОЛЬШИМ ПРЫЖКОМ. Исполняется за тактом. На первую четверть приходится окончание *failli* и большой прыжок следующего *pas*. Начало такое же, как в обычном *failli*, корпус можно наклонить налево или направо (в зависимости от позы следующего прыжка).

Failli заканчивается (после *passé* по I позиции) в неширокую IV позицию на *croisé*, руки в позе II *arabesque*, плечи ровные; центр тяжести корпуса передается на левую ногу вперед на *demi plié*, вытянутая правая нога находится сзади на всей ступне.

Трамплинная отдача от пола типа *souré* для последующего большого прыжка делается левой ногой, хотя правая одновременно проскальзывает по полу и выбрасывается на 90° (например, в комбинации *failli* с большим *assemblé* по диагонали).

Правила исполнения *pas failli*. *Failli* как самостоятельное *pas* — одно из самых мягких, пластичных *pas failli*, должны сливаться в единое координированное целое, — это и является единственным правилом его исполнения.

Легкий неторопливый взлет вверх, свободное движение раскрытых рук, рука, непроизвольно опустившаяся вниз, затем ее арабесковое движение вперед, увлекающее за собою в скользящем прыжке корпус, — все это напоминает длиннокрылую птицу, случайно в полете коснувшуюся крылом земли.

Связующее, трамплинное *failli* исполняется быстро, с коротким маленьким прыжком, лишь помогающим выделить следующий большой прыжок. Растянутое, замедленное *failli* принесет такой же вред, как чрезмерно широкий и замедленный *glissade*.

Pas emboîté

Emboîté — прыжки с выбрасыванием ног вперед и назад поочередно, с продвижением вперед и назад. Применяются только в женском танце.

В средних классах сразу изучается сложная форма *emboîté en tournant* с продвижением в сторону по прямой линии и по диагонали, в старших классах — по кругу. Каждое *emboîté* исполняется с поворотом на полкруга; таким образом полный поворот состоит из двух *emboîtés*.

Emboîté en tournant на сцене обычно делается только вперед; в классе, в тренировочном порядке, рекомендуется разучивать *emboîté en tournant* и назад.

Emboîté en tournant вперед с продвижением по прямой линии направо. Размер $2\frac{1}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, правая рука в I, левая на II позиции. Прыгнуть вверх, раскрывая правую руку на II позицию, и, отлетая направо, сделать в воздухе поворот на полкруга (*en dedans*). Перенося левую ногу вперед, согнуть ее возле условного *sur le sou-de-pied* чуть глубже обычного положения. На первую четверть остановиться на *demi plié* на правой ноге спиной к зрителю. Левая рука в I позиции, правая на II; голова во время прыжка повернута к зеркалу и в заключении направлена через левое плечо в профиль.

Исполняя второе *emboîté*, открыть левую руку на II позицию и, соединяя вытянутые ноги в прыжке вверх, отлететь налево, сделать в воздухе вторую половину поворота (*en dehors*), перенести правую ногу вперед в условное положение *sur le sou-de-pied*. На вторую четверть остановиться на левой ноге

на *demi plié* лицом к зеркалу; правая рука в I, левая на II позиции, голова *en face*.

Отсюда движение повторяется. В первом прыжке корпус поворачивается левым плечом вперед, во втором — правым плечом назад. В заключении каждого *emboîté*, заканчивающегося условным *cou-de-pied*, согнутая нога слегка заходит за опорную ногу. Следует равномерно отлетать в сторону на всех *emboîté* (на четных и на нечетных).

При исполнении *emboîté* по диагонали соблюдается такое же продвижение, как и по прямой линии; голова на каждом *emboîté* имеет профильное положение (повернута через плечо).

Правила поворотов корпуса, головы и движения рук аналогичны правилам исполнения *jeté* с продвижением в сторону по полтура (см. «*jeté*»).

Emboîté разучивается в медленном темпе; в законченной форме исполняется с коротким отрывом от пола (стаккато) в быстром темпе на $\frac{1}{4}$ или на $\frac{1}{8}$ каждое.

Emboîté назад с продвижением по прямой линии направо. Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. Правая рука в I, левая на II позиции. Движение из точки 7 в точку 3 плана класса. Сделать *demi plié*, затем прыгнуть вверх, раскрывая правую руку на II позицию, и, поворачиваясь левым плечом налево (*en dehors*), отлететь в сторону (в направлении точки 3); перенести левую ногу в положение *sur le cou-de-pied* сзади, остановиться на *demi plié* на правой ноге спиной к зрителю. Левая рука в I, правая на II позиции; голова повернута через левое плечо. Раскрыть левую руку на II позицию, соединить в прыжке ноги и, отлетая влево (в направлении точки 3), повернуться правым плечом вперед (*en dedans*); правая нога переводится назад. Остановка лицом к зеркалу на левой ноге на *demi plié*; правая согнута *sur le cou-de-pied* сзади; правая рука в I, левая на II позиции, голова *en face*.

Emboîté по диагонали сверху вниз исполняется вперед; *emboîté* назад можно исполнить снизу вверх.

При исполнении *emboîté* по кругу все нечетные прыжки с полуповоротом будут заканчиваться к центру зала; все четные к стенам зала.

Пример комбинации с pas emboîté. Размер $\frac{2}{4}$, восемь тактов. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Исходное положение — V позиция правая нога впереди.

Первый и второй такты. Четыре *emboîté en tournant* на $\frac{1}{4}$ каждое.

Третий такт. Четыре *emboîtés en tournant* на $\frac{1}{8}$ каждое.

Четвертый такт. Сделать шаг на правую ногу в точку 2 и *grand assemblé en tournant*, закончив его в V позицию, левая нога впереди.

Пятый и шестой такты. Семь *entrechat-quatre* на $\frac{1}{8}$ каждый с продвижением по диагонали назад (из точки 2 в точку 6).

Седьмой такт. По прямой линии налево с левой ноги четыре *emboîtées en tournant* на $\frac{1}{8}$ каждое.

Восьмой такт. Маленькое *assemblé* левой ногой, заканчивающееся в V позицию сзади и *grande sissonne ouverte* в IV arabesque на левую ногу с поворотом в левую сторону. Комбинация заканчивается в позе IV arabesque на 90° .

Pas balancé

Balancé — это маленькое легкое *pas* (покачивание), которое разучивается с первых классов и постоянно встречается в сценическом танце.

Исполняется из стороны в сторону по прямой линии, по диагонали и *en tournant* по $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ части круга.

Balancé из стороны в сторону. Размер $\frac{3}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié* и, приоткрыв руки в сторону, сделать правой ногой легкое скользящее движение (типа *jeté*) в сторону II позиции. На первую четверть, унавив на правую ногу на *demi plié*, подвести левую сзади правой *sur le cou-de-pied*; корпус нагибается в сторону к правой ноге, левая рука подводится в невысокую I позицию, правая остается на II, голова склоняется направо. На вторую четверть переступить на левую ногу на полупальцы, подняв невысоко от пола правую с вытянутым подъемом и пальцами к положению условного *cou-de-pied* впереди на непальцами к положению от левой ноги; корпус и голова выпрямляются в подготовительном положении. На третью четверть снова опуститься на правую ногу на *demi plié*, подняв левую *sur le cou-de-pied* сзади; корпус и голова склоняются направо, правая рука открывается в сторону, левая — в невысокой I позиции.

Из этого положения исполняется следующее *balancé* налево и т. д.

Во всех трех этапах движения принимают участие корпус, голова и руки.

В *balancé* руки могут быть подняты поочередно в III позицию. В этом случае рука в III позицию поднимается через II сверху.

При исполнении *balancé* в среднем и быстром темпе корпус, голова и руки могут не менять три раза своего положения, а остаются до конца в положении, принятом на первом движении, и лишь на следующем *balancé* наклоняются в другую сторону.

Balancé en tournant на $\frac{1}{4}$ круга. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первом balancé сделать скользящее jeté с правой ноги, поворачиваясь к точке 3; на втором balancé, исполняемом с левой ноги, повернуться в точку 5, на третьем — в точку 7 и на четвертом к зеркалу, в точку 1. То же исполняется в левую сторону.

Pas de chat

Pas de chat — прыжковое движение, имитирующее прыжок кошки (от франц. chat — кошка). Применяется только в женском танце.

Существует два вида pas de chat: одно с выбрасыванием ног назад, другое — pas de chat вперед.

В младших классах разучиваются маленькие pas de chat на 45° , в средних — большие на 90° .

Последовательность изучения. 1. Pas de chat назад на 45° . Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, левая нога впереди. На первую четверть сделать demi plié, выбросив полусогнутую правую ногу по полу на croisé назад на 45° . Корпус с подтянутой спиной немного наклоняется вперед; руки в подготовительной позиции, голова en face, взгляд направлен на кисти рук. На вторую четверть положение сохраняется. Между второй и третьей четвертью оттолкнуться пяткой опорной ноги от пола и прыгнуть вперед по диагонали. В прыжке левая нога выбрасывается полусогнутая на effacé назад на 45° . Ноги, выворотные в верхней части, должны встретиться в воздухе, при этом не следует раскрывать их слишком широко. Корпус выгибается назад; кисти рук мягко вскидываются, руки поднимаются в невысокие позиции: левая в I, правая на II, голова поворачивается налево. На третью четверть опуститься в V позицию на demi plié, левая нога впереди (при этом правая нога приходит в demi plié первой, левая слегка отстает. Следует стремиться, чтобы это отставание было минимальным). Левая нога должна ставиться на пол с подчеркнутым акцентом. На четвертую четверть колени вытягиваются.

2. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Demi plié и прыжок делаются за тактом. Толчок от пола для прыжка делается двумя ногами из V позиции без предварительного выбрасывания правой ноги, как это делается при первоначальном изучении. Окончание прыжка на demi plié на первую четверть. На вторую четверть — пауза. Затем pas de chat исполняется на $\frac{1}{4}$ каждое.

Большое pas de chat назад отличается от маленького более высоким прыжком с выбрасыванием ног на 90° . Руки и корпус могут принимать различные положения по заданию педагога.

Исполняя несколько *pas de chat* подряд с продвижением по диагонали вперед, можно начать с маленького *pas de chat*, постепенно увеличивая прыжок до большого.

Pas de chat вперед на 45°. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, левая нога впереди. Сделать *demi plié* и прыжок, поднимая полусогнутую правую ногу в сторону на 45° и перенося ее вперед; почти одновременно то же самое делает левая нога, которая в заключении прыжка с акцентом ставится вперед в V или IV позицию. Положения рук и корпуса, как и в *pas de chat* назад, варьируются по заданию педагога. Прыжок делается с продвижением вперед по диагонали.

Большое *pas de chat* вперед выполняется по диагонали с выбрасыванием ног вперед на 90°.

Толчок от пола для большого прыжка делается двумя ногами. Если в V позиции левая нога впереди, то первой в прыжке вынимается правая нога, левая следует за нею и вынимается так же.

Корпус перед прыжком наклоняется вперед и в воздухе сильно откидывается назад. Руки могут подниматься в III позицию или одна в III, другая в I позицию и т. п.

Gargouillade (rond de jambe double)

Это маленькое *pas allegro* существует только в женском танце. Исполняется *en dehors* и *en dedans*.

Последовательность изучения. 1. *Gargouillade en dehors*. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди.

За тактом — *demi plié*, правая нога скользит по полу, отводится в сторону II позиции на 45°, делает *rond de jambe en l'air en dehors* и заканчивает его на первую четверть. Одновременно с отведением ноги в сторону руки снизу приоткрываются на II позицию на полувысоту; корпус и голова отклоняются налево. Между первой и второй четвертью — прыжок вверх с переходом на правую ногу и наклоном на нее корпуса и головы направо, руки открыты в сторону. Левая нога отрывается от пола, сгибается к середине икры правой ноги, затем вытягивается в сторону на 45°, снова подводится к икре, как бы исполняя вторую половину *rond de jambe en l'air en dehors*, и заканчивает ее на вторую четверть. Руки в этот момент опускаются в подготовительное положение. Между второй и третьей четвертью левая нога, опускаясь вниз, прикасается носком к полу впереди опорной и на третью четверть скользит носком по полу на *croisé* вперед; руки поднимаются в невысокую I позицию. Затем обе ноги соединяются в скользящем вперед

прыжке без отрыва от пола. На четвертую четверть движение заканчивается в V позиции на *demi plié*, левая нога впереди; корпус в *épaulement croisé*, руки приоткрываются в I позиции на полувысоте, голова повернута влево.

Gargouillade можно закончить без скользящего прыжка вперед, просто в V позицию. В этом случае его делают, ставя левую ногу после второй половины *rond de jambe* в V позицию вперед на *demi plié* на вторую четверть; руки закрываются в подготовительное положение.

При исполнении *gargouillade en dedans* следует начинать его ногой, находящейся в V позиции сзади, делая первый и второй *rond de jambe en l'air en dedans* так же, как и *gargouillade en dehors*.

2. *Gargouillade en dehors*. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди. *Demi plié*, *rond de jambe en l'air* правой ногой, прыжок на правую ногу и начало *rond de jambe* левой ногой от икры опорной делаются за тактом. На первую четверть левая нога заканчивает *rond de jambe* и сгибается к икре правой ноги. Между первой и второй четвертью левая нога скользит носком по полу на *croisé* вперед, затем ноги соединяются в скользящем вперед прыжке без отрыва от пола. На вторую четверть движение заканчивается в V позицию на *demi plié*, левая нога впереди.

Если *gargouillade* на $\frac{2}{4}$ делается без скользящего прыжка, то левая нога ставится в V позицию на *demi plié* на вторую четверть.

3. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. Отличается от первоначальной формы тем, что первый *rond de jambe* начинается с V позиции *demi plié* сразу за тактом с прыжка, без предварительного отведения ноги на *plié* в сторону; в прыжке же исполняется второй *rond de jambe* другой ногой, то есть обе ноги делают *rond de jambe en l'air* в воздухе почти одновременно. На первую четверть нога скользит по полу на *croisée* вперед или назад (в зависимости от того, делается ли *gargouillade en dehors* или *en dedans*), ноги соединяются в скользящем прыжке; на вторую четверть движение заканчивается в V позицию на *demi plié*.

Gargouillade без скользящего прыжка заканчивается в V позицию на одну четверть. Во всех случаях корпус, как и в первом примере, отклоняется от ноги, начинающей *gargouillade*. Положения рук можно варьировать по-разному.

Cabriole

Cabriole — одно из наиболее трудных *pas* классического танца, требующее хорошо выработанного прыжка, сильной спины и баллона.

Cabrioles делятся на маленькие, исполняемые на 45°, и большие, исполняемые на 90°, в позах effacée, croisée, écartée вперед и назад, на II позицию, в I, II, III и IV arabesques.

Cabrioles на 45° делаются с предварительным маленьким *sissonne ouverte*, *sissonne tombée*, *coupé* и с *glissade*.

Grandes cabrioles на 90° — с *coupé*, с *glissade*, с *sissonne tombée* и очень редко с *chassé*.

Все виды cabrioles — это прыжки с одной ноги на одну, за исключением cabrioles fermées, где прыжок заканчивается в V позицию на две ноги.¹

Маленький *cabriole* в позу *effacée вперед* (первоначальное изучение). Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть сделать *demi plié*, подняв вытянутую правую ногу на *effacé* вперед на 45°; корпус больше чем в обычных позах *effacée* откидывается назад; левая рука в I, правая на II позиции. На вторую четверть положение сохраняется. Между второй и третьей четвертью, сохраняя позу, сделать прыжок: левая нога, напряженно вытянутая, выбрасывается к правой и ударяет ее снизу, правая нога от удара слегка вскидывается. На третью четверть левая нога возвращается на *demi plié*, правая сохраняет свое положение в воздухе на 45°. На четвертую четверть вытянуть колени, закрыв правую ногу в V позицию. С этого приема, не опуская ногу в V позицию, повторить подряд два, три и более cabrioles.

Точно так же изучается *cabriole* назад, с руками на I и II позиции или в позе маленького *arabesque*.

Маленький *cabriole* в позу *croisée вперед* с приема *sissonne ouverte*. Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть — с правой ноги *sissonne ouverte* на 45° на *croisé* вперед; не задерживаться на *plié* и на вторую четверть сделать *cabriole*, выбросив в прыжке вытянутую левую ногу к правой, и ударить ею правую ногу, которая слегка откидывается вверх и при возвращении левой на *demi plié* остается в воздухе на 45°. На третью четверть повторить *cabriole*. На четвертую исполнить *assemblé*. Так же разучивается *cabriole* назад.

Положения рук варьируются: правая в I, левая на II позиции или левая в I, правая на II.

Маленький *cabriole* в позу *I arabesque* с приема *sissonne tombée*. С правой ноги сделать маленькое *sissonne tombée* на *effacée* вперед и, выбросив левую в *arabesque* на 45°, в прыжке ударить ее снизу вытянутой правой ногой. Силой удара левая нога слегка подкидывается вверх и при возвращении правой на *demi plié* остается в воздухе.

Повторить *cabriole*, затем исполнить *assemblé* или *pas de bourré en dehors en face* с переменной ног.

¹ Cabriole fouetté см. в «Grand fouetté sauté».

Маленький cabriole fermée на II позицию с приема glissade. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. За тактом сделать demi plié и glissade правой ногой в сторону II позиции без перемены ног, заканчивающийся на первую четверть. Не задерживаясь, между первой и второй четвертью, правая нога выбрасывается в сторону на 45° , прыжок, левая выбрасывается к правой, ударяя ее снизу, и опускается на demi plié; правая, слегка откинутая после удара наверх, на вторую четверть подводится носком по полу (fermée) в V позицию вперед на demi plié. Отсюда движение повторяется с другой ноги.

Во время glissade руки приоткрываются в сторону и опускаются в подготовительное положение; на cabriole снизу открываются на II позицию, корпус откидывается налево, голова поворачивается налево; после cabriole, в момент fermée, правая рука одновременно с правой ногой, закрывающейся в V позицию, опускается вниз и сгибается в I позицию, левая остается на II; корпус передается к правой ноге, голова поворачивается направо.

Исполняя следующий glissade с другой ноги, опустить руки из предыдущей позы вниз и снова раскрыть их на cabriole.

Маленький cabriole с coupé. Сделать demi plié на правой ноге, левая переходит в положение sur le cou-de-pied сзади. Коротким движением подставить левую ногу на место правой на пол (как бы столкнуть правую), выбросить правую на 45° на croisé или effacé вперед и в прыжке исполнить cabriole.

Если cabriole делается назад, то coupé исполняется ногой, находящейся в V позиции впереди.

Grand cabriole effacée вперед с приема coupé. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation: левой ногой на croisée вперед носком в пол, приоткрыв руки в невысокую I позицию. На первую четверть, опустить руки вниз, сделать шаг на demi plié на левую ногу (coupé) и, оттолкнувшись от пола, между первой и второй четвертью высоко прыгнуть, выбрасывая правую ногу через I позицию в effacé вперед на 90° . Руки берут форс снизу и быстро, не задерживаясь в I позиции, раскрываются: левая в III, правая — на II позицию. Корпус с ровными плечами, закрепленной спиной и бедрами откидывается назад почти в горизонтальное положение. Голова поворачивается налево. Левая вытянутая нога в прыжке выбрасывается к правой, находящейся на высоте 90° , ударяет ее снизу и на вторую четверть опускается на demi plié. Правая нога, ударом подкинута наверх, остается на 90° и выше; корпус и руки сохраняют позу, принятую во время прыжка.

Для повторения движения можно сделать на следующие две четверти шаг назад и встать в исходное положение préparation croisé вперед.

С этого же *préparation* можно разучивать *grand cabriole* в *écarté* вперед, а также *cabriole fermée* на 90° , закрыв ногу носком по полу в V позицию.

Préparation для *grand cabriole* с *coupé* в I или II *arabesque* будет на *croisé* назад правой ногой носком в пол, но вместо шага назад следует подвести ногу *sur le cou-de-pied* сзади копорной, опускающейся на *demi plié*, сделать *coupé* и, выбросив левую ногу назад на 90° , исполнить *cabriole*.

Grand cabriole в III и IV *arabesque*, так же как в I и II, могут исполняться с предварительным *sissonne tombé*, приемом, описанным на стр. 193 для маленького *cabriole*.

Grand cabriole effacée вперед с glissade. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2 плана класса. *Préparation croisé* вперед левой ногой носком в пол, руки приоткрыты в невысокой I позиции. Сделать *demi plié* в IV позицию и *glissade* вперед в точку 2 с правой ноги без перемены ног; руки раскрываются на II позицию, в заключении *glissade* на момент опускаются вниз и снизу берут форс для *cabriole*. *Glissade* исполняется коротким собранным движением, заканчивая его следует оттолкнуться на большой прыжок левой ногой, одновременно выбрасывая правую на 90° на *effacé* вперед. Положение корпуса и рук такое же, как в предыдущем примере.

Для повторения *cabriole* с *glissade* несколько раз подряд в одном направлении следует соединять его с каким-нибудь маленьким *pas*: например сделать *assemblé* в V позицию, закончив его правой ногой назад, и исполнить *entrechat-quatre* или *entrechat-cinq* назад или два маленьких *jetés* назад, делая первое маленькое *jeté* с высоты 90° на правую, второе — на левую ногу. Из этого положения продолжать *glissade-cabriole*.

Grand cabriole в I arabesque с glissade. Движение по диагонали из точки 2 в точку 6 плана класса. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди. Продвигаясь вверх по диагонали, сделать левой ногой *glissade* в точку 6 без перемены ног в положении *écarté* вперед. При окончании *glissade* повернуть корпус в точку 2 на *effacé* и, оттолкнувшись правой ногой от пола, одновременно выбросить левую назад на 90° (в точку 6). Передавая корпус вперед, исполнить *cabriole* в I или II *arabesque*.

Начиная *glissade*, приоткрыть руки и, взяв ими снизу форс, через I позицию (не фиксируемую), в прыжке открыть в *arabesque*. На *glissade* голова повернута к левому плечу, затем следует за поворотом корпуса и поворачивается к точке 2 за правой рукой в I *arabesque* или через левое плечо во II *arabesque*. Отсюда движение повторяется.

Варианты *cabrioles* настолько разнообразны, что приходится ограничиваться описанием лишь основных видов и подходов к этому *pas*. Существует двойной *cabriole*, когда удар в воздухе

повторяется два, а при развитой технике — три, четыре раза. Между ударами вытянутые ноги обязательно приоткрываются.

Правила исполнения cabriole. Все виды cabrioles следует начинать с короткого трамплинного толчка от пола.

Cabrioles вперед на 45° и на 90° делаются только с прыжком наверх; cabrioles назад, после того как они выучены с прыжком наверх, исполняются с пролетом вперед во время прыжка.

Абсолютно вытянутые напряженные ноги, — одно из главных правил исполнения; вялость, недотянутость коленей и ступней недопустимы.

Удар при cabriole делается опорной ногой, отталкивающейся на прыжок, по ноге, выброшенной на 45° или 90°. Снижение ноги навстречу опорной совершенно недопустимо. Удар делается глубокий, по внутренней стороне выброшенной ноги; ступни и пятки не соприкасаются. Принято говорить, что удар в cabriole делается икрами, но, если внимательно приглядеться к хорошо исполняемому cabriole, видно, что удар делается главным образом верхней частью ног (выше колен), при этом удар икрами тоже не исключается.

Все cabrioles вперед, особенно наиболее распространенные — в позах effacée, требуют ровных плеч, откинутого назад корпуса и, главное, сильно подтянутого бедра ноги, выбрасываемой на 45° или 90°. Корпус с неподтянутым боком неизбежно будет давить на опорную ногу и помешает прыжку и поддержке в воздухе.

Упругость, активность рук помогают прыжку и сохраняют позу при окончании его на demi plié.

Пример комбинации на маленький cabriole. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. На первую четверть — с правой ноги *sissonne ouverte* на 45° в позу *croisée* вперед; на вторую — маленький cabriole; на третью — *assemblé*; на четвертую четверть — *entrechat-quatre*.

Второй такт. На первую четверть — с левой ноги *sissonne ouverte* на 45° в позу *croisée* назад; на вторую — маленький cabriole; на третью — *assemblé*; на четвертую четверть *entrechat-quatre*.

Третий такт. На первую четверть — с правой ноги *sissonne ouverte en tournant en dehors* на 45° в позу *écartée* назад; на вторую и третью четверти — два cabrioles; на четвертую — *assemblé*, закрыв правую ногу в V позицию назад.

Четвертый такт. На первую и вторую четверти — два *brisés* вперед в позе маленького III arabesque; на третью и четвертую четверти — три *brisés* вперед на $\frac{1}{8}$ каждое.

Повторить комбинацию с другой ноги, затем исполнить в обратном направлении, приняв на brisée назад маленькую позу II arabesque.

Пример комбинации с cabriole на 90°. Размер $\frac{4}{4}$, восемь тактов. Движение по диагонали из точки 6 в точку 2. Préparation левой ногой на croisée вперед.

Первый такт. На первую и вторую четверти — с правой ноги glissade вперед в точку 2 и cabriole на 90° в позе effacée вперед; на третью и четвертую четверти — tombé (с прыжком на опорной ноге) и pas de bourrée с переменой ног.

Второй такт. Повторяются движения первого такта.

Третий такт. На первую и вторую четверти — с левой ноги sissonne tombée на croisé вперед и cabriole на 90° в позе III arabesque; на третью и четвертую четверти — из III arabesque grand jeté en tournant в attitude croisée на правую ногу с приема sissonne coupée.

Четвертый такт. Из позы attitude croisée — большое sissonne tombé на effacé вперед и pas de bourrée с переменой ног в точку 8; встать на левую ногу на полупальцы в I arabesque в точку 8 и опуститься на demi plié.

Пятый такт. Движение по диагонали из точки 8 в точку 4. На первую и вторую четверти — chassé и на правую ногу cabriole fouetté в позу IV arabesque; на третью и четвертую четверти — chassé и cabriole fouetté на левую ногу в позу I arabesque.

Шестой такт. Шаг назад на правую ногу; шаг назад на левую и встать в préparation croisé вперед, правая нога носком в пол.

Седьмой такт. На первую и вторую четверти — demi plié на правой ноге, sissonne tombée левой ногой на effacé вперед и cabriole на 90° в I arabesque; на третью четверть cabriole повторяется, на четвертую четверть исполнить третий cabriole с fermée правой ногой в V позицию вперед. (Все три cabrioles делаются с продвижением вперед к точке 8.)

Восьмой такт. На первую и вторую четверти сделать с правой ноги pas chassé по прямой линии вперед, подняв руки в III позицию; на третью и четвертую четверти — relevé в V позицию на полупальцы и два тура en l'air в правую сторону. Закончить в V позицию, правая нога сзади.

Эту комбинацию можно проделать и в темпе вальса — $\frac{3}{4}$ на тридцать два такта.

Grand fouetté sauté

Многочисленные виды grands fouettés sautés делятся на исполняемые en face и en tournant. В средних классах они разучиваются на полупальцах, в старших классах усложняются

в *adagio* и затем изучаются в прыжках (*fouetté sauté*). Как и большинство больших *pas allegro*, *fouetté sauté* делается с приемом *шаг-coupé*, *glissade*, *sissonne simple*, *chassé*; *en face* — в позы *effacée* вперед и назад и в *I arabesque*; *en tournant* — в позы *croisée* вперед, *attitude croisée* и *effacée*, *I*, *II*, *III* и *IV arabesques*.

Grand fouetté sauté en face. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation левой ногой на *croisé* вперед носком в пол, руки приоткрыты в невысокой *I* позиции. За тактом опустить руки в подготовительное положение и на первую четверть сделать *demi plié* в *IV* позиции на левую ногу (*coupé*). Оттолкнувшись от пола, с прыжком наверх выбросить (по полу) правую ногу в сторону *II* позиции на 90° ; одновременно руки, взяв снизу форс, энергичным быстрым движением поднимаются в *III* позицию. Зафиксировав это положение возможно дольше, повернуться в воздухе в *I arabesque* в точку 7 (по прямой линии) — и на вторую четверть, сохраняя позу, опуститься на левую ногу на *demi plié*. Если движение повторяется с другой ноги, то следует в небольшом, едва заметном прыжке на левой ноге провести правую ногу в *IV* позицию на *croisée* вперед, руки опустить вниз и, оттолкнувшись от пола, сделать второе *grand fouetté sauté* и т. д. Первое *fouetté* можно начать с *glissade*, остальные — с *coupé*.

С этого же приема исполняется другая разновидность *fouetté en face*. После *coupé* на опорную ногу другая нога одновременно с прыжком выбрасывается в *effacé* вперед на 90° , с поворотом корпуса проходит в воздухе *II* позицию и при возвращении на *demi plié* вместе с корпусом принимает положение *effacée* назад. Положения рук в этом *fouetté* следующие: в прыжке — в *I* позиции, при повороте корпуса в *effacé* назад рука, соответствующая ноге, выброшенной на 90° , проходит в *III* позицию *allongé*, другая рука — на *II* позицию *allongé*.

Это *fouetté* можно исполнить с *sabriole* по правилам, изложенным в описании *sabriole*. Перед первым *fouetté* можно сделать *glissade*; остальные продолжать с *coupé*.

Fouetté sauté effacée вперед en dehors. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — *V* позиция, правая нога впереди. За тактом — *demi plié* и маленький *sissonne simple*, заканчивающийся на первую четверть *demi plié* на левой ноге, правая полусогнутая отведена на *effacé* вперед на небольшое расстояние от *cou-de-pied*. Корпус во время *sissonne* также поворачивается *effacé* и наклоняется вперед к носку правой ноги. Левая рука в *I*, правая на *II* позиции, голова наклонена направо, взгляд направлен на кончик носка правой ноги. Между первой и второй четвертью — прыжок на левой ноге, правая, вытягиваясь и поднимаясь на 90° , проходит *II* позицию и сгибается на *effacé* назад. Одновременно корпус выпрямляется, проходит через положение *en face* и поворачивается в воздухе *effacé* назад; левая рука

через III позицию раскрывается на II, правая из II позиции поднимается в III. Прыжок заканчивается в позу effacée назад на вторую четверть, demi plié на левой ноге.

Аналогично исполняется fouetté effacée en dedans.¹

Grand fouetté sauté en tournant en dedans в III arabesque. Размер $\frac{2}{4}$. Préparation правой ногой на croisé вперед носком в пол. За тактом, приоткрыв руки и опустив их в подготовительное положение, сделать coupé (на plié) на правую ногу в IV позицию, прыжок, левая нога выбрасывается на II позицию на 90° en face, руки быстро поднимаются на II позицию. На первую четверть — второй прыжок с правой ноги, перед которым левая нога делает быстрое passé по I позиции на plié и вместе с поворотом корпуса в точку 4 выбрасывается в прыжке вперед на 90° тоже в точку 4; руки берут форс снизу и упруго поднимаются в III позицию. В воздухе повернуть корпус (en dedans) в III arabesque, опустить руки сверху непосредственно из III позиции в arabesque, и на вторую четверть, сохраняя позу, с подтянутой спиной опуститься на demi plié на правую ногу. На протяжении всего pas так же, как и в его заключении, плечи ровные, левое бедро сильно подтянуто.

При исполнении fouetté с этой же ноги в attitude croisée и IV arabesque левая нога в прыжке выбрасывается вперед в точку 4; в attitude effacée — в точку 6; в I и II arabesque нога выбрасывается вперед в точку 6, в прыжке вместе с поворотом корпуса проходит положение II позиции на 90° в точку 1, после чего вся фигура поворачивается в arabesque в точку 3.²

Fouetté en tournant en dedans с приема chassé. Размер $\frac{2}{4}$. Движение по диагонали из точки 2 в точку 6. Préparation на правой ноге, левая на effacé сзади носком в пол; положение корпуса и рук — I или II arabesque в точку 2. За тактом сделать demi plié на правой ноге и, раскрывая руки на II позицию, — chassé с продвижением вверх.³ Корпус расположен по диагонали правым плечом к точке 2, левым — к точке 6; голова повернута направо. На первую четверть сделать шаг на левую ногу на demi plié и прыжок, выбросив правую ногу через I позицию вперед на 90° в точку 6, одновременно корпус поворачивается в ту же точку; руки берут форс снизу, поднимаются в I или III позицию (по заданию педагога). Повернуться в воздухе (en dedans) в IV arabesque и на вторую четверть, сохраняя позу, опуститься на левую ногу на demi plié. На следующие две четверти сделать chassé, продвигаясь вверх по той же диагонали, но левым плечом к точке 2, правым к точке 6,

¹ Подробное описание положения корпуса см. в разделе «Повороты в adagio».

² Fouetté en tournant en dehors см. в «Grand fouetté en tournant en dehors в adagio».

³ Форму этого chassé см. в «Pas chassé».

шаг на правую ногу. В прыжке повернуть корпус, выбросить левую ногу вперед на 90° в точку 6 и повернуться в воздухе (en dedans) в I arabesque в точку 2, закончив прыжок на demi plié на правой ноге. Это fouetté выполняется также с cabriole.

Grand cabriole fouetté. С préparation croisée вперед делается шаг-coupé или glissade в сторону II позиции, затем выполняется cabriole на 90° на II позицию en face, руки в III позиции; после удара опорной ногой (на II позиции) корпус поворачивается в воздухе в I arabesque в точку 7 по прямой линии, затем опорная нога опускается на demi plié. В arabesque спина сильно подтянута. При повторении движения снова сделать шаг-coupé вперед в IV позицию на croisé. Исполнять от четырех до восьми движений подряд.

Правила исполнения fouetté sauté. Во всех видах fouetté sauté движения рук координируются с поворотами корпуса, руки помогают прыжку и берут форс при поворотах в воздухе; при поворотах направо активнее действует левая рука, налево — правая.

Поворачиваясь в воздухе и опускаясь на demi plié, необходимо сохранять подтянутость бедра ноги, выброшенной на 90°. Опорная нога после прыжка опускается на plié с носка, пятка сильно выдвигается вперед.

Как в прыжке, так и в заключении fouetté, спина подтянута.

Пример комбинации с fouetté sauté. Размер $\frac{3}{4}$ (вальс), шестнадцать тактов.

Первый и второй такты. С правой ноги в точку 2 исполнить pas cougu и grand jeté на левую ногу в attitude croisée.

Третий и четвертый такты. Из позы attitude сделать sissonne на 90° правой ногой на II позицию и grand fouetté sauté en tournant en dedans в attitude effacée.

Пятый и шестой такты. В точку 8 с правой ноги исполнить failli, левой coupé (сзади) и grand jeté на правую ногу в attitude croisée.

Седьмой и восьмой такты. С attitude сделать sissonne на 90° левой ногой на II позицию и grand fouetté en tournant en dedans в III arabesque.

Девятый и десятый такты. С левой ноги glissade в сторону II позиции и grand cabriole fouetté в I arabesque на правую ногу.

Одиннадцатый и двенадцатый такты. Coupé и cabriole fouetté в I arabesque на левую ногу.

Тринадцатый и четырнадцатый такты. Coupé и cabriole fouetté в I arabesque на правую ногу.

Пятнадцатый и шестнадцатый такты. С левой ноги исполнить failli в точку 2, правой — coupé и, забросив левую ногу вперед на 90°, — grand assemblé croisée вперед.

IX. ЗАНОСКИ

Заноски (*batterie*, от франц. *battre* — бить) — это удар одной ногой о другую в воздухе, причем перед ударом и после удара обе ноги из V позиции в прыжке слегка приоткрываются в сторону II позиции, после чего прыжок заканчивается на *demi plié* на две или на одну ногу. При исполнении сложной заноски с несколькими переносами (ударами) ноги каждый раз приоткрываются в сторону.

Заноски делятся на *pas battu* (то есть прыжковые *pas*, исполняемые с заноской) и на различного вида *entrechat* и *brisé*.

Royal, *entrechat-quatre*, *entrechat-six*, *entrechat-huit*, *brisé* исполняются с двух ног на две; *entrechat-trois*, *entrechat-cinq*, *entrechat-sept* — с двух ног на одну; *brisé dessus-dessous* исполняется в первой части (*brisé dessus*) с двух ног на одну, затем с одной на одну.

Все *pas battus* и заноски исполняются предельно вытянутыми и выворотными ногами. Переносы ног в прыжке необходимо осуществлять в глубокую V позицию. В женском танце удар производится преимущественно икрами ног, в мужском — верхней частью, бедрами и икрами, причем выворотность ноги и ступни исключает соприкосновение в воздухе пяток.

Малейшее нарушение этих правил лишит заноски необходимой чистоты формы и сделает их исполнение бессмысленным, так как назначение заносок — показать техническую виртуозность и элевацию исполнителя (в *entrechat-six*, *entrechat-huit* и *entrechat-six de volé*).

В начале изучения (в 3—4 классах) заноски делают в умеренном темпе и на высоте прыжка, которой достаточно для чистого и выворотного исполнения. По мере усвоения (в средних и старших классах) высота прыжка уменьшается. В законченной форме заноски типа *entrechat-trois*, *quatre*, *cinq* и маленькие *pas*, исполняемые с *battu* (*échappée*, *assemblé*, *jeté*, *sissonne fermée*, *sissonne ouverte* и т. п.), делаются в быстром темпе и на небольшой высоте.

Начинать изучение заносок рекомендуется с маленького *échappée*, после чего можно перейти к *royale*, *entrechat-quatre*, *assemblé battu* и *jeté*.

Следующей, более сложной ступенью в средних классах будут *entrechat-cinq*, *entrechat-trois*, *ballonné battu*, *brisé*, *brisé dessus-dessous*, *sissonne ouverte*, *sissonne fermée battu* и т. п. В старших классах проходят *entrechat-six*, *grande sissonne ouverte battu*, *entrechat-six de volé* (в мужских и женских классах) и, наконец, специфические мужские *pas*: *entrechat-sept*, *entrechat-huit*, *saut de basque battu*, *jeté entrelacé battu* и т. п.¹

Маленькое *échappé battu*

Первоначальное изучение. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция en face, правая нога впереди.

На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью — прыжок на II позицию, заканчивающийся на вторую четверть на *demi plié*. Между второй и третьей четвертью — прыжок, ноги ударяются в воздухе, правая впереди, затем приоткрываются. На третью четверть ноги закрываются в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади. На четвертую четверть колени вытягиваются.

По мере усвоения *échappé battu* делается на $\frac{2}{4}$, то есть начинается за тактом и заканчивается на вторую четверть на *demi plié*, *épaulement croisé*.

В дальнейшем *échappé battu* усложняется: с V позиции ноги, раскрываясь в прыжке, ударяют одна о другую, делая заноску, и опускаются на II позицию. Со II позиции делается вторая заноска.

Число переносов можно постепенно увеличивать как на первом, так и на втором прыжке. В этом случае делается большое *échappé*.

Échappé battu можно заканчивать также и на одну ногу, сгибая вторую sur le cou-de-pied сзади или впереди в маленькие позы *croisée*.

Подготовка к заноскам, *royale* и *entrechat-quatre*

Размер $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти — *demi plié* в V позиции, правая нога впереди. Между второй и третьей четвертью прыгнуть, быстро приоткрывая в сторону вытянутые ноги. На третью четверть так же быстро закрыть ноги в V по-

¹ Порядок изучения заносок указан в программе по классическому танцу.

зицию на *demi plié* правая нога сзади. На четвертую четверть вытянуть колени.

Быстрое открывание ног — хорошая практика для заносок с переменной ног (если подготовка делается для *royale*) и без перемены (для *entrechat-quatre*).

Затем на $\frac{4}{4}$ разучивается *royal* с правой ноги: в прыжке, после открывания, правая нога ударяет о левую впереди, ноги снова приоткрываются и опускаются в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади.

Entrechat-quatre с правой ноги: приоткрыть ноги в сторону, перенести правую назад, ударяя ею о левую, снова приоткрыть ноги и закончить движение в V позицию, правая нога впереди.

В законченной форме эти заноски начинаются за тактом с *épaulement* и заканчиваются на одну четверть также в *épaulement*.

Entrechat-trois и entrechat-cinq

Entrechat-trois можно сравнить с *royale*, так как оно делается с переменной ног, но заканчивается на одной ноге, другая *sur le cou-de-pied* сзади или впереди.

Entrechat-trois назад. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Прыгнуть, приоткрыв ноги в сторону; правая нога ударяется о левую впереди; затем обе вытянутые ноги снова приоткрываются и в заключении, на *demi plié*, правая нога сгибается *sur le cou-de-pied* сзади.

Entrechat-trois вперед. Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. В прыжке правая нога ударяется о левую сзади и в заключении сгибается *sur le cou-de-pied* впереди.

Entrechat-cinq можно сравнить с *entrechat-quatre*: оно делается без перемены ног. Из V позиции, правая нога впереди, приоткрыть в прыжке ноги в сторону, перенести правую ногу назад, ударить сзади о левую, приоткрыть и закончить *demi plié* на левой ноге, правая согнута *sur le cou-de-pied* впереди.

Исполняя *entrechat-cinq* назад, следует после заноски согнуть *sur le cou-de-pied* сзади левую ногу.

Entrechat-trois и *cinq* заканчиваются в маленькие позы *croisée*: одна рука в I позиции, другая — на II.

Entrechat-six

Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Исполнить *demi plié* и большой прыжок вверх. Ноги приоткрываются, правая переносится назад и ударяет левую сзади; снова приоткрывается, переносится вперед и ударяет левую

вперед, затем ноги снова приоткрываются. Прыжок заканчивается в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади.

Руки на *entrechat-six* могут оставаться внизу; при многократном повторении движения руки могут постепенно подниматься в III позицию и через II опускаться вниз или подниматься в сторону и на последнем движении закрываться в подготовительное положение.

Прыжок начинается и кончается в *épaulement croisé*.

Entrechat-huit

Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Исполнить *demi plié* и большой прыжок наверх. Ноги приоткрываются, правая переносится назад, ударяет левую сзади; приоткрывается, переносится вперед, ударяет левую впереди; снова приоткрывается, переносится назад и ударяет левую сзади.

После третьего удара ноги снова приоткрываются и заканчивают прыжок в V позицию на *demi plié*, правая нога впереди.¹

Entrechat-sept

Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Исполнить *demi plié*, прыжок, ноги приоткрываются, ударяются (правая сзади левой), снова приоткрываются, правая нога ударяется о левую спереди, опять приоткрываются, затем левая опускается на *demi plié*, правая сгибается *sur le cou-de-pied* сзади.

В мужском классе *entrechat-sept* можно закончить в любую маленькую и большую позу: на II позицию, *attitude*, *écarté* и т. п., то есть сделать *sissonne ouverte* с усложненной заноской.

Entrechat-six de volé

Это *pas* по существу является соединением *grand assemblé* с *entrechat-six*.

Исполняется на 90° в сторону II позиции и в позу *écartée* вперед с приемов *шаг-coupe*, *glissade* и с *pas failli*.

Entrechat-six de volé делается и *en tournant* по прямой и по диагонали, с *шага-coupe* и с *chassé*, с приема, описанного в «*Grand assemblé en tournant*».

¹ Для более понятного и краткого объяснения здесь говорится о переносе и ударе одной ноги, но не следует забывать, что во всех описываемых примерах заносок и *pas battu* приоткрываются и ударяются обе ноги.

ENTRECHAT-SIX DE VOLÉ В СТОРОНУ. С шага-coupé или с glissade (если левая нога впереди) в большом прыжке выбросить правую ногу в сторону II позиции на 90°. Перенести в воздухе корпус и левую ногу к правой, сделать entrechat-six, ударив правой ногой о левую впереди, приоткрыть и ударить сзади, снова приоткрыть, затем соединить ноги в воздухе и опуститься в V позицию на demi plié, правая нога впереди.

Руки, как и в grand assemblé, помогают полету, поднимаются в прыжке в III, II—III или I—III позиции и сохраняют позу в épaulement croisé на demi plié.

Brisé

Brisé исполняется с продвижением по диагонали вперед и назад и может быть исполнено в направлении вперед, назад, с поворотом.

Последовательность изучения. 1. Brisé вперед. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение - V позиция épaulement croisé, левая нога впереди. Движение по диагонали в точку 2. На первую четверть — demi plié, правая нога, находящаяся сзади, выдвигается через I позицию вперед носком по полу в направлении между 2 и 3 точками плана класса таким образом, чтобы пятка работающей правой ноги находилась на одной линии с пяткой опорной ноги. Это положение сохраняется и в законченной форме, когда brisé делается с выбрасыванием ноги на 45°, что дает чистую заноску двумя ногами и не мешает продвижению вперед по диагонали. На вторую четверть положение выдерживается. Между второй и третьей четвертью, оттолкнувшись пяткой левой ноги от пола, сделать прыжок с пролетом к точке, на которой находится носок правой ноги; левая отделяется от пола, ударяет правую сзади, правая ударяет по левой впереди. Ноги приоткрываются, опускаются на demi plié в V позицию, правая нога сзади. На четвертую четверть колени вытягиваются. В прыжке правая рука поднимается в невысокую I позицию, левая на II, корпус с ровными плечами на effacé, голова поворачивается налево.

2. Brisé назад. Исходное положение — V позиция épaulement croisé, левая нога впереди. Demi plié, левая нога через I позицию отодвигается назад носком в пол между точками 6 и 7. Прыжок с продвижением к носку левой ноги; правая нога ударяет по левой впереди, левая ударяет по правой сзади. Приоткрываясь, ноги опускаются в V позицию на demi plié, левая нога впереди. Корпус на effacé, левая рука в I, правая на II позиции, голова повернута налево.

3. Brisé вперед. Законченная форма. Движение делается на $\frac{1}{4}$, demi plié и прыжок — за тактом.

Исходное положение — V позиция, левая нога впереди. Сделать *demi plié* и, оттолкнувшись пятками от пола, выбросить правую ногу через I позицию вперед на 45° в направлении между точками 2 и 3. Пролететь за носком правой ноги, ударить левой о правую сзади, правой ударить о левую впереди, и, приоткрыв ноги, опуститься в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади.

Так же выполняется *brisé* назад.

Основное положение рук, как указано в № 1 и 2, но по заданию педагога варианты положений рук могут быть различными.

BRISÉ ВПЕРЕД EN TOURNANT. Эти *brisés* выполняются *en dedans* по маленькому кругу, который образуется не только от поворотов корпуса, но и от продвижения к носку выбрасываемой ноги. Их делают по кругу вначале восемь, затем четыре, что значительно труднее.

Пример с поворотом на четверть круга в правую сторону. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. Сделать *demi plié*, оттолкнуться пятками от пола, прыгнуть, выбрасывая левую ногу через I позицию вперед на 45°. Корпус одновременно поворачивается направо так, чтобы бросок ноги и пролет за носком был в направлении между точками 1 и 2. Второе *brisé* делается с пролетом вперед между точками 3 и 4; третье — между точками 5 и 6; четвертое — между точками 7 и 8. Левая рука может быть в I, правая на II позиции, или левая в III, правая на II позиции. Корпус направляется к левой ноге или откидывается к правой опорной.

Исполняя *brisé en tournant* назад (если правая нога впереди), следует поворачиваться в правую сторону (*en dehors*) за правой ногой, выбрасываемой назад: первый раз — между точками 4 и 5, второй — между точками 6 и 7, третий — между точками 8 и 1, четвертый — между 2 и 3.

Brisé dessus-dessous

Размер $\frac{2}{4}$. *Brisé dessus* — это *brisé* вперед, заканчивающееся на одну ногу; *brisé dessous* — *brisé* назад, также с окончанием на одну ногу.

Исполняется с продвижением по диагонали вперед и назад. Корпус имеет более сложное положение, чем в простом *brisé* с двух ног на две.

Последовательность изучения. 1. Первоначальная форма *brisé dessus*. Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, левая нога впереди. За тактом.

сделать *demi plié* и прыжок, выбрасывая правую ногу через I позицию вперед на 45° между точками 2 и 3. Корпус слегка открывается ладонями вниз на II позицию; голова поворачивается налево. Пролететь по диагонали вперед, ударить вытянутой левой ногой правую сзади, правая ударяет по левой впереди, приоткрыть ноги и опуститься на первую четверть на правую ногу на *demi plié*, согнув левую *sur le cou-de-pied* впереди. Корпус в последний момент передается на правую ногу и наклоняется направо, спина подтянута. Правая рука в I позиции, левая на II, кисти закруглены, голова и взгляд направлены к правой кисти. На вторую четверть, не меняя положения корпуса и рук, сделать *assemblé croisée* вперед. На следующие две четверти исполнить *brisé dessous*. Из *demi plié* сделать прыжок, выбрасывая левую ногу через I позицию назад на 45° между точками 7 и 6. Корпус выпрямляется и одновременно обе руки раскрываются ладонями вниз на II позицию, голова поворачивается налево. Пролететь по диагонали назад, ударить правой вытянутой ногой о левую впереди, а левой о правую сзади, приоткрыть ноги и опуститься на левую на *demi plié*, согнув правую *sur le cou-de-pied* сзади. Корпус передается на левую ногу с небольшим перегибом назад; левая рука сгибается в I позицию, правая на II, кисти закруглены, голова поворачивается налево. В заключении сделать *assemblé croisée* назад, опустив руки в подготовительное положение.

2. Законченная форма. Размер $2/4$. Исполнить на первую четверть *brisé dessus* (как указано в № 1), затем непосредственно из положения *cou-de-pied* выбросить левую ногу назад на 45° между точками 7 и 6 и на вторую четверть сделать *brisé dessous*.

Brisé dessus-dessous исполняется также с продвижением по диагонали сверху вниз. В этом случае усиливается пролет вперед на *brisé dessus*, *brisé dessous* делается почти на месте.

Pas battu

Изучение *pas battu* (исключая *échappé*, которое из всех заносок разучивается первым) начинается после того, как в простейшем виде пройдены *entrechat-quatre* и *royale*.

Assemblé battu. Из V позиции, правая нога сзади, сделать *demi plié*, выбросить в прыжке правую ногу в сторону II позиции на 45° и ударить ею левую сзади, снова приоткрыть и перенести в V позицию вперед на *demi plié*. Продвигаясь в обратном направлении, выбросить правую ногу, находящуюся в V позиции впереди, ударить ею о левую впереди и закончить в V позицию, правая нога сзади.

Jeté battu. Из V позиции, правая нога сзади, сделать demi plié, выбросить правую ногу в сторону II позиции на 45°, ударить ею левую сзади, снова приоткрыть и опуститься на demi plié на правую ногу, согнув левую sur le cou-de-pied сзади.

Продвигаясь в обратном направлении из V позиции правая нога впереди, выбросить в сторону правую ногу, ударить ею о левую впереди, приоткрыть и опуститься на правую ногу на demi plié, согнув левую sur le cou-de-pied впереди.

Ballonné battu. V позиция, правая нога впереди. Demi plié, в прыжке правая нога выбрасывается в сторону II позиции на 45°, ударяет левую впереди, приоткрывается одновременно с левой, опускающейся на demi plié, и сгибается sur le cou-de-pied сзади.

Исполняя ballonné в обратном направлении, на II позицию выбрасывается нога, находящаяся в V позиции сзади; она ударяет опорную сзади и в заключении прыжка сгибается sur le cou-de-pied впереди.

Sissonne ouverte battu на 45°. Из V позиции, правая нога впереди, — demi plié, прыжок, обе ноги, приоткрываясь, ударяются (правая о левую впереди); затем левая опускается на demi plié, правая через проходящее sur le cou-de-pied открывается в сторону или в маленькую позу croisée, effacée вперед и т. п. При исполнении в обратном направлении удар делается ногой, находящейся в V позиции сзади. Число ударов и переносов ног может быть увеличено, в особенности при исполнении grande sissonne ouverte.

Sissonne fermée battu. V позиция, правая нога впереди. Сделать demi plié, прыжок и, приоткрыв в прыжке ноги, ударить правой о левую впереди, затем отлететь в сторону II позиции влево, исполняя sissonne fermée. То же самое делается в обратном направлении. Sissonne fermée battu в позах croisée и effacée несколько сложнее.

Croisée вперед. Правая нога впереди. Сделать demi plié и, приоткрыв ноги, перенести правую назад, ударив ею сзади по левой; снова перенести и открыть на croisé вперед на 45°; отлетая назад, закончить sissonne fermée в V позицию demi plié.

Аналогично исполняется sissonne fermée croisée назад, effacée вперед и назад.

Кроме описанных, существует еще множество движений и комбинаций с pas battu. Например, saut de basque с заноской (battu). V позиция, правая нога впереди. Demi plié и прыжок. Левая нога выбрасывается в прыжке вместе с первой половиной поворота корпуса, вытянутая правая, подлетая к левой, ударяет ее сзади, приоткрывается и, когда заканчивается полный поворот, сгибается впереди под колено опорной ноги.



BRISÉE DESSUS

...и. Demi
... II позиция
... временно с
... et le sou-de-pied

... на II позиция
... сзади; она уда
... егается с

... и, правая нога
... криваясь, удара
... опускается на
... de-pied откры
... ет, етасе вперед
... удар делается
... ударов и пере
... ти при исполне

... га вперед. Сле
... ке ноги, ударить
... рону II позиции
... делается в об
... позах croisée и

... ать demi plié п.
... в ею сзади по
... ред на 45°; от
... ницию demi plié.
... oisée назад, ef

... тво движений и
... asque с заноской
... i plié и прыжк
... с первой полув
... одлетая к лев
... канчивается по
... колено опорной



GRAND JETÉ B ПОЗЕ ATTITUDE CROISÉE

Пример комбинации заносок и pas battu.
1. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога сзади.

Первый такт. На первую четверть исполнить *assemblé battu*, перенеся правую ногу вперед; на вторую — *entrechat-quatre*; на третью и четвертую четверти — *assemblé battu* с левой ноги, перенеся ее вперед, и *royale*.

Второй такт. Комбинация повторяется с левой ноги.

Третий такт. Начать с левой ноги, сделать два *échappé battu* с переменной ног, на две четверти каждое.

Четвертый такт. На первые две четверти — с левой ноги два *entrechat-quatre* и *royale*, каждый на восьмые доли; на третью и четвертую четверти — два *entrechat-quatre* и *royale* с правой ноги, каждый на восьмые доли. Всю комбинацию повторить в обратном направлении.

2. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. На первую и вторую четверти — *entrechat-sept* в позу III *arabesque* на 90° и *assemblé croisée* назад (правой ногой); на третью и четвертую четверти — *entrechat-cinq* правой ногой назад и *assemblé*.

Второй такт. Комбинация повторяется с левой ноги.

Третий такт. На первую и вторую четверти — *failli* и *entrechat-six de volé* в позе *écartée* вперед в точку 2, руки поднять в III позицию; на третью и четвертую четверти — два *entrechat-six* с правой и с левой ноги, руки постепенно опустить вниз.

Четвертый такт. На первую и вторую четверти с правой ноги шаг-скупé в точку 2 и *entrechat-six de volé en tournant*, подняв руки в III позицию. Закончить движение в V позицию, левая нога впереди; на третью и четвертую четверти встать на левую ногу на полупальцы в *attitude croisée*, раскрыть руки с III позиции через I *allongé*: правую в III, левую на II позицию и, сохраняя позу, опуститься на левую ногу на *demi plié*. Эту комбинацию можно исполнять и в темпе вальса на шестнадцать тактов.

Х. ВРАЩЕНИЕ НА ПОЛУ И В ВОЗДУХЕ

Вращения в мужском танце делятся на партерные и воздушные (туры en l'air); в женском танце вращение существует только партерное.

Партерные вращения в свою очередь подразделяются в мужском классе на маленькие pirouettes,¹ большие pirouettes (grand pirouette) и туры в больших позах.

К маленьким pirouettes относится вращение со II, V и IV позиций, préparations к которым изучаются в младших классах; в средних изучают маленькие pirouettes, затем туры en l'air и туры в больших позах; в старших туры chaînés и grand pirouette.²

Общие замечания. Для правильного исполнения всех видов вращений необходимы: хорошо поставленный корпус с крепкой спиной в области поясницы, позволяющий держаться в строго вертикальном положении при вращении и неподвижно в позах (если вращение происходит в arabesque, attitude и т. п.); упругие руки, умело берущие форс для вращений и неподвижные во время вращения.

Напряженно вытянутые ноги на выворотных полупальцах (или пальцах), составляющие как бы одно целое с корпусом и спиной. Выворотная пятка опорной ноги должна выдвигаться вперед в момент подъема на полупальцы в préparation (с demi plié).

Четкие профильные повороты головы без наклонов в начале вращения и быстрое возвращение головы в положение en face.

В начале каждого pirouette и тура голова на секунду поворачивается в профиль через плечо в сторону, противоположную вращению; взгляд направлен в определенную точку зала; в мо-

¹ Pirouette — старинный термин, употребляемый сейчас только в мужском танце; в женском — все виды вращений носят название туров

² Подробный порядок изучения вращений на полу и в воздухе указан в программе по классическому танцу; в данном разделе вращения описываются по видовым понятиям.

мент вращения голова быстро выпрямляется en face и в заключении вращения поворачивается в исходную точку. При нескольких поворотах подряд голова и глаза каждый раз повторяют это движение.

Точка, на которую направлен взгляд, должна находиться на высоте глаз: если глаза опустить вниз, поднимать кверху или направлять в сторону, можно потерять устойчивость.

На сцене исполнитель перед вращением также быстро находит точку, на которой фиксирует взгляд (в направлении первых кулис и т. п.).

Существует ряд несложных упражнений, подготавливающих учащегося к устойчивости во вращениях. В первом классе, в начале года, в конце урока можно задавать ученикам маленькие шаги с поворотом на месте. Руки при этом остаются неподвижными в подготовительном положении, но голова и взгляд участвуют при каждом повороте, как указано выше. Во втором полугодии это вращение на одном месте исполняют на полупальцах, мелко перебирая ногами (выворотностью можно пренебречь).

Во втором классе у палки разучивается полуповорот и полный поворот на выворотных ногах на полупальцах. Начинается он с demi plié в V позиции; затем делается подъем на полупальцы и поворот к палке или от палки на полупальцах в V позиции, причем пятки следует выдвигать вперед. Руки берут небольшой форс, соединяются в I позиции и помогают при повороте; голова и взгляд также участвуют в повороте. Закачивается поворот в V позицию на demi plié, ноги меняются.

В следующих классах разучиваются полуповороты с одной ноги на другую и полуповороты на полупальцах на одной ноге. Не имея прямого отношения к турам, они развивают общую подвижность и ловкость.

Préparation к pirouettes и сами pirouettes начинают изучать в третьем классе.

Последовательность изучения pirouettes. 1. Préparation к pirouettes со II позиции en dehors. Размер $\frac{1}{4}$, два такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. На первую четверть — demi plié en face; на вторую оттолкнуться пятками от пола, вскочить на полупальцы в V позицию, упруго соединить руки в I; на третью четверть открыть вытянутую правую ногу в сторону II позиции на 45° , одновременно открыв руки на II позицию; на четвертую четверть остаться в этом положении. Хорошо подтянутая спина образует единую линию с опорной ногой и бедрами.

Второй такт. На первую четверть опуститься на demi plié на II позицию, согнув правую руку в I позицию (левая остается на II); плечи ровные, правое плечо не выдвигается вперед. На

вторую четверть оттолкнуться пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы, подтянувшись наверх, и согнуть правую sur le cou-de-pied впереди (верхняя часть ноги выворотна и закреплена). Одновременно левая рука сильным движением соединяется с правой в I позиции. На третью четверть положение сохраняется. На четвертую четверть закончить *préparation* одновременно двумя ногами в V позицию на *demi plié*, поставив правую ногу назад. Приоткрыть кисти, освободить руки от напряжения.

En dedans первая половина *préparation* делается так же, как *en dehors*; далее, после *plié* на II позиции, следует вскочить на полупальцы на правую ногу, согнув левую sur le cou-de-pied впереди, и закончить на *demi plié* в V позицию, левая нога впереди.

2. *Préparation* со II позиции *en dehors*. Законченная форма. Размер $\frac{4}{4}$, два такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. За тактом — *demi plié en face*. На первую четверть вскочить в V позицию на полупальцы, подняв руки в I позицию; на вторую четверть положение сохраняется. На третью четверть правая нога открывается в сторону на 45° , руки на II позиции. На четвертую четверть положение сохраняется.

Второй такт. За тактом — короткое *demi plié* на II позицию. На первую четверть вскочить на левую ногу на полупальцы, правую согнуть sur le cou-de-pied впереди. Руки упруго соединить в I позиции. На вторую и третью четверти положение сохраняется (таким образом вырабатывается устойчивость). На четвертую четверть сделать *demi plié* в V позиции, правая нога сзади и, свободно приоткрыв руки, повернуть корпус в *épaule-ment croisé*.

En dedans исполняется так же.

С этих *préparations* делаются и *pirouettes*. Они заимствованы из женского класса и хорошо вырабатывают устойчивость на полупальцах. После них можно перейти к специфическим мужским *préparations*.

3. *Préparation* и *pirouettes* со II позиции *en dehors*. Классная и сценическая форма. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть отвести правую вытянутую ногу в сторону носком в пол (приемом *battement tendu*), открыв руки на II позицию. На вторую четверть опуститься на II позицию на *demi plié*, согнуть правую руку в I позицию. Плечи ровные. На третью четверть, не задерживаясь, вскочить на левую ногу на полупальцы, подтянувшись наверх и согнув правую ногу sur le cou-de-pied впереди; одновременно руки упругим движением соединяются в I позиции. На четвертую четверть опуститься в V позицию на *demi plié*,

правая нога сзади, или опуститься на вытянутую левую ногу, поставив правую на *croisée* назад на полупальцы. Руки приоткрываются в маленькую позу, вся фигура в *épaulement croisé*.

Préparation en dedans с правой ноги такой же; заканчивают его в V позицию вперед или, останавливаясь на правой ноге, ставят левую на *croisée* назад на полупальцы.

При исполнении *pirouette* с этого *préparation* поворачиваются в правую сторону, форс берет левая рука; при исполнении с левой ноги, в левую сторону, форс берется правой рукой.

В начале делается один *pirouette*, затем два, три и более. Этот вид *préparation* применяется только в мужском классе. Темп вращения тренируется от среднего к быстрому.

4. *Préparation* и *pirouettes* с IV позиции *en dehors* (пример с вращением в правую сторону). Исходное положение — IV позиция *croisée*, левая нога впереди на *demi plié*, правая вытянута сзади и прикасается к полу всей ступней. Центр тяжести корпуса с ровными плечами расположен на опорной левой ноге. Правая рука впереди, на уровне правого плеча и против него; левая, открытая в сторону, также на уровне левого плеча. Положение рук, как в III *arabesque*, ладонями вниз, но кисти слегка приподняты. Голова и взгляд направлены в точку 2. Сделать *demi plié* на двух ногах, оставляя центр тяжести корпуса на опорной ноге, оттолкнуться обеими пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы, согнув правую *sur le sou-de-pied* впереди; одновременно руки соединить в I позиции. Стоять как можно дольше и закончить *préparation* в V позицию на *demi plié*, правая нога сзади, или в IV позицию *croisé*, приоткрыв руки в маленькую позу.

В *préparation* с IV позиции крайне важно в момент *plié* и отдачи от пола ощущать центр тяжести корпуса на ноге, находящейся впереди, то есть на той ноге, на которой исполняется *pirouette*. Если центр тяжести тела расположен ровно на двух ногах, корпус невольно делает рывок вперед при вскакивании на полупальцы, раскачивается и теряет устойчивость при вращении.

При исполнении *pirouette* в правую сторону форс следует брать левой рукой, но правую не отводить в сторону, а только соединить ее с левой; голова в начале вращения на секунду остается повернутой через левое плечо в точку 2, взгляд направлен в ту же точку, затем голова выпрямляется и в заключении поворачивается в исходную точку.

Для четкого исполнения *pirouettes* и туров желательно избежать поворота вначале, в момент *plié*, что встречается довольно часто (вращение начинается в полуоборот или спиной к зрителю). Поэтому, вскакивая на полупальцы, необходимо на какой-то момент зафиксировать положение или позу, в которой исполняется *pirouette*, тур и т. д., а затем уже делать тур. Эта

фиксация скорее относится к внутреннему ощущению исполнителя, она не должна утрироваться, «сбивать» форс и тормозить вращение.

5. Préparation и pirouette с IV позиции en dedans (пример с вращением в левую сторону). Исходное положение — IV позиция croisée, левая нога впереди на demi plié, правая вытянута сзади и прикасается к полу всей ступней. Центр тяжести корпуса на левой опорной ноге в épaulement croisé, правое плечо слегка отведено назад, левое впереди; правая рука с закругленной кистью на II, левая на I позиции, голова и взгляд направлены в точку 1.

Несколько усилив demi plié на левой ноге, вскочить на ней на полупальцы,¹ повернуть корпус en face в точку 1 и согнуть правую ногу sur le sou-de-pied впереди. Одновременно левая рука раскрывается на II позицию и соединяется с правой в I позиции. Заканчивается préparation в V позицию épaulement croisé на demi plié, правая нога впереди.

Для исполнения pirouette en dedans форс берет правая рука; голова и взгляд в начале вращения направлены через правое плечо в точку 1, затем голова выпрямляется, в заключении корпуса, голова и взгляд снова возвращаются в точку 1 и только в demi plié принимается положение épaulement croisé.

С таких же préparations en dehors и en dedans делается тур tirbouchon, но IV позиция будет несколько шире, во время тура нога вместо sou-de-pied сгибается на 90°, носком впереди колена. Руки при вращении в I или III позиции.

6. Préparation и pirouette с V позиции en dehors (в правую сторону). Исходное положение — V позиция en face, правая нога впереди. Сделать demi plié, поднять правую руку в I позицию, левая на II, плечи ровные. Вскочить на полупальцы на левую ногу, согнув правую sur le sou-de-pied впереди, и соединить руки в I позиции. Закончить préparation в V позицию на demi plié, правая нога сзади.

Для исполнения pirouette взять форс левой рукой, голова и взгляд направлены через левое плечо в точку 1; заканчивая вращение, быстро повернуть голову и взгляд в точку 1, закончить его в V позицию на demi plié и принять положение épaulement croisé.

Préparation и pirouette en dedans делаются так же, но вскочить на полупальцы следует на правую ногу, согнув левую sur le sou-de-pied впереди.

Эти pirouettes исполняются также с диагонали: при исполнении с правой ноги вся фигура и взгляд обращены в préparation в V позиции в точку 8, с левой — в точку 2.

¹ Вокакивая на полупальцы на всех pirouettes и турах, следует выдвигать пятку вперед.

Pirouettes у палки

У палки исполняются *pirouettes en dehors* и *en dedans* с V позиции, со II, когда нога предварительно открыта в сторону на 45° и при вращении сгибается *sur le cou-de-pied*, а опорная с *demi plié* поднимается на полупальцы. Кроме того, исполняются туры *temps relevé*. На *pirouettes en dehors* рука, соответствующая опорной ноге, держится за палку; в *demi plié*, перед *pirouette*, она остается на палке, затем отталкивается от нее легким нажимом ладони и берет форс для *pirouette*.

En dedans берет форс рука, открытая в сторону.

Pirouettes у палки изучаются сначала отдельно, после того как началось изучение *pirouettes* на середине зала, затем вводятся в комбинации *fondue*, *rond de jambe en l'air*, *petits battements* и т. п.

В женском классе эти вращения называются турами, с V и IV позиций они исполняются и на пальцах на середине зала.

Grand pirouette на полупальцах

Grand pirouette — самая сложная форма мужских вращений. Подходить к его изучению надо постепенно: сначала даются упражнения с поворотом на $\frac{1}{4}$ часть круга, позднее на $\frac{1}{2}$ часть круга и затем на целый круг.

Темп берется медленный и по мере усвоения *pirouette* ускоряется. В законченной форме *grand pirouette* делается в быстром темпе на одну четверть каждый в количестве восьми, шестнадцати и тридцати двух поворотов (в зависимости от исполнительских возможностей ученика).

1. Упражнение с поворотом *en dehors* на $\frac{1}{4}$ часть круга. Исходное положение — V позиция *en face*, правая нога впереди. Сделать *demi plié*, вскочить в V позицию на полупальцы, подняв руки в I позицию. Остаться на левой ноге на полупальцах, выбросить вытянутую правую ногу в сторону на 90° и одновременно открыть руки на II позицию (*grand préparation*). Опуститься на II позицию на *demi plié*, согнув правую руку в I позицию, оттолкнуться пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы, правую выбросить на II позицию на 90° и, открыв правую руку в сторону, одновременно повернуться на $\frac{1}{4}$ круга. После этого сделать короткое *plié* на опорной ноге, правая остается на 90° , подняться на полупальцы и снова повернуться на $\frac{1}{4}$ часть круга и т. д.

С такого же *préparation (à la seconde)* делаются повороты *en dehors* на $\frac{1}{2}$ часть круга, затем на целый круг. На два заключительных аккорда опуститься в V или IV позицию.

поставив правую ногу назад, руки закрыть в подготовительное положение.

2. Законченная форма. Размер $2/4$. Вращение в правую сторону. На два вступительных аккорда из V позиции (правая нога впереди) отвести правую ногу носком по полу в сторону; одновременно руки открываются на II позицию. Сделать *demi plié* на II позиции, согнув правую руку в I позицию. За тактом вскочить на левую ногу на полупальцы, правую выбросить на II позицию на 90° , сильным движением отведя правую руку также на II позицию, и исполнить быстрый поворот (*pirouette*) *en dehors*. На первую четверть сделать короткое *demi plié* на левой ноге и между первой и второй четвертью исполнить второй *pirouette*. На третью четверть снова *demi plié* и между третьей и четвертой четвертью следующий *pirouette* и т. д. Таким образом, каждое *demi plié* исполняется на четверть, а вращение — на восьмую между четвертями. Рекомендуется изучать вначале четыре *pirouettes* затем постепенно увеличивать количество поворотов.

В законченной форме при большом количестве *pirouettes* они обычно заканчиваются маленькими *pirouettes sur le cou-de-pied*, которые делаются на полупальцах и берутся с *plié* на опорной ноге; при этом руки соединяются в невысокой I позиции.

Правила исполнения *grand pirouette*. Для правильного исполнения всех видов *grand pirouette* следует обращать особое внимание на повороты головы. Фиксируя взглядом точку, из которой начинается поворот, следует заканчивать каждый поворот в ту же точку. При повороте направо голова сначала повернута через левое плечо, при повороте налево — через правое плечо. Затем быстро поворачивается *en face*. По мере ускорения вращения ускоряются и повороты головы, что дает форс вращению.

Опорная нога перед каждым поворотом делает быстрое неглубокое *demi plié*, лишь отталкивается пяткой от пола и четко поднимается на полупальцы.

Нога, поднятая в сторону на 90° , напряженно вытянута, закреплена в бедре и на протяжении всего вращения не должна терять высоты, принятой ею в первом *pirouette*.

При первоначальном изучении в медленном темпе нога находится в точном положении *à la seconde* (по прямой линии от корпуса). В законченном виде в быстром темпе, нога должна находиться немного впереди II позиции (не нарушая этой позиции зрительно), так как при точном *à la seconde* корпус невольно отклоняется назад и устойчивость нарушается.

Рука, согнутая в *préparation* на I позицию, дает форс для первого *pirouette*, затем упруго закругленные руки остаются на II позиции, и при вращении в правую сторону левая рука

каждый раз дает толчок в правую сторону, сохраняя положение II позиции: при вращении в левую сторону форс дает правая рука.

Спина и бедра подтянуты, плечи ровные.

Grand pirouette «скачковый»

Скачковый grand pirouette отличается от pirouette на полупальцах только тем, что опорная нога во время вращения непрерывно остается на demi plié.

Скачок делается на всей ступне, почти без отрыва от пола: от пола приподнимается только пятка, содействуя повороту опорной ноги. Demi plié не увеличивается и не уменьшается, так как корпус должен находиться все время на одном уровне от пола.

Положение ноги, открытой в сторону II позиции на 90°, повороты головы и форс руками такие же, как описаны в «Grand pirouette на полупальцах».

На один поворот сначала делается четыре скачка, затем два и в дальнейшем один скачок на один поворот.

Движение разучивается в медленном темпе; в законченной форме исполняется быстро в количестве 8, 16 и 32 поворотов.

Начинается скачковый pirouette с обычного préparation и одного grand pirouette на полупальцах, затем опорная нога опускается на demi plié и исполняется pirouette скачковый. Заканчивается pirouette pirouettes sur le cou-de-pied в V или IV позицию croisée.

БЫСТРЫЕ СКАЧКОВЫЕ ВРАЩЕНИЯ НА ВСЕЙ СТУПНЕ В БОЛЬШИХ ПОЗАХ EN DEHORS И EN DEDANS¹

Пример вращения en dedans в I arabesque. Demi plié в V позиции épaulement croisé, правая нога впереди. Нагнуть корпус налево, сделать dégagé правой ногой вперед на 45° на диагональ в точку 2 или на прямую линию в точку 3 и повернуть туда же корпус. Раскрывая руки через I позицию в I arabesque, с шагом передать центр тяжести корпуса вперед на правую ногу на demi plié, левая сзади на 90°.

Оставаясь на plié, слегка отделить пятку от пола (не поднимаясь на полупальцы) и снова опустить ее на пол, при этом каждый раз поворачиваться в правую сторону (en dedans). Вначале это надо делать в медленном темпе (шестнадцатыми долями): шестнадцать скачков (один такт $\frac{4}{4}$) на протяжении двух поворотов. Затем темп ускоряется, доходит до быстрого, а число поворотов увеличивается.

¹ Эти вращения применяются и в женском классе.

В этих скачках с вращением пятка как бы выстукивает по полу дробь; причем, отделяя пятку от пола и выдвигая ее вперед, не следует углублять или уменьшать *plié*. Корпус, устремленный вперед, остается все время на одинаковой высоте от пола. Плечи ровные, левое плечо при вращении не должно отставать. Нога, поднятая на 90° , закреплена в бедре и не меняет своего положения.

Такое же вращение может быть в позе II *arabesque* и *attitude effacée*.

Вращение *en dehors* может быть в позах III и IV *arabesque*, *attitude croisée*. Для этого надо опуститься в позе на 90° на *plié* или сделать шаг вперед на *plié* на опорную ногу.

Тур en l'air

Туры в воздухе (*en l'air*) проходятся после того, как учащиеся усвоили *grand changement de pied en tournant* на $\frac{1}{4}$ и $\frac{1}{2}$ части круга.

Последовательность изучения. 1. Первоначальное изучение. Один тур. Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié en face* как можно глубже, но без отрыва пяток от пола; правая рука в I, левая на II позиции, плечи ровные, правое плечо ни в коем случае не должно выдвигаться вперед. Между первой и второй четвертью — большой прыжок наверх с полным поворотом в правую сторону; левая рука берет форс для тура и соединяется с правой в I позиции. Голова и взгляд остаются на момент направленными к зеркалу через левое плечо и в заключении возвращаются в исходную точку. Прыжок заканчивается на вторую четверть в V позицию на *demi plié*, правая нога ставится назад, руки приоткрываются в маленькую позу. На третью четверть колени вытягиваются. На четвертую — пауза. То же сделать в левую сторону (форс берется правой рукой).

2. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом сделать *demi plié* и подняться в V позицию на полупальцы; одна рука в I, другая на II позиции. На первую четверть — *demi plié* поглубже. Между первой и второй четвертью — тур *en l'air*, заканчивающийся на вторую четверть на *demi plié* в V позицию.

3. Размер $\frac{4}{4}$. На первую и вторую четверти исполнить *chasse* вперед. Между второй и третьей четвертью подняться на полупальцы в V позицию. На третью четверть — *demi plié* и тур *en l'air*. На четвертую — окончание тура в V позицию на *demi plié*.

4. На первые две четверти сделать три маленьких *changements de pied* на одну восьмую каждый. Между второй и

третьей четвертью подняться в V позицию на полупальцы, на третью четверть — *demi plié* и *tur en l'air*. На четвертую *demi plié* в V позиции.

Таким образом, *tur en l'air*, изучаемый с V позиции, постепенно вводится в маленькие комбинации, но по мере необходимости продолжает изучаться и самостоятельно.

Затем *tur en l'air* делается с двойным поворотом в воздухе.

Правила исполнения тура *en l'air*. Перед туром *en l'air* во время *demi plié* корпус должен оставаться прямым. Бывают случаи, когда исполнитель, стремясь усилить прыжок, наверх, расслабляет спину и пригибает корпус вперед, — тогда вращение в воздухе получается разболтанным.

Спина, подтянутые бедра и ноги должны при вращении в воздухе находиться в вертикальном положении.

Форс берется всегда одной рукой, предварительно раскрытой на II позицию; для усиления форса (на два тура) ее не следует в *préparation* отводить назад. Не следует также выдвигать вперед плечо, в сторону которого делается вращение. Эти ложные приемы, якобы усиливающие форс, не должны применяться в классной проработке туров *en l'air*. Отступление от формы допускается только на сцене и зависит от индивидуальных особенностей танцовщика. Усиленного движения рукой и поворотов головы совершенно достаточно для двойного вращения.

При исполнении одного тура ноги с вытянутыми коленями и пальцами находятся в воздухе в V позиции и лишь в последний момент, опускаясь на *plié*, нога, находящаяся впереди, переходит назад (ноги меняются).

Исполняя два тура, следует в первый же момент поворота в воздухе перевести назад ногу, находящуюся впереди. Таким образом, в воздухе сразу происходит перемена ног, что способствует усилению вращения. При этом ноги должны оставаться плотно сомкнутыми вместе.

Опускаясь с туров на *demi plié*, необходимо сохранять прямой корпус с подтянутой спиной и переходить на *plié* мягко, эластично.

Туры *en l'air* могут исполняться из точки 1, а также с диагонали в правую и в левую сторону.

Туры в больших позах

Эти туры исполняются с *préparation* в IV позиции *croisé* для вращения *en dehors* и с IV позиции *croisé* и *effacé* для вращения *en dedans*.

Расстояние между ступнями в IV позиции должно быть несколько больше, чем обычно, так как обычная IV позиция, с расстоянием между ступнями, равняющимся маленькому шагу, неудобна: поднятие ноги на 90° затруднено.

Со II позиции делаются туры à la seconde en dehors и en dedans и туры в позы écartée назад и вперед.

Порядок изучения préparations и туров в больших позах рекомендуется следующий: 1) à la seconde со II позиции en dehors и en dedans, 2) attitude croisée, 3) attitude effacée, 4) I arabesque, 5) à la seconde с IV позиции, 6) в позе croisée вперед и effacée вперед, 7) II и III arabesque, 8) IV arabesque и в позах écartée назад и вперед.

В préparation с IV позиции для туров en dehors demi plié делается на двух ногах, для туров en dedans — на одной опорной ноге.

Центр тяжести корпуса, как и в турах sur le cou-de-pied, находится в préparation на опорной ноге.

Préparation и тур à la seconde со II позиции

Последовательность изучения. 1. Размер $\frac{4}{4}$, два такта. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди.

Первый такт. За тактом — demi plié. На первую четверть вскочить в V позицию на полупальцы, подняв руки в I позицию. На вторую четверть положение сохраняется. На третью четверть, оставаясь на полупальцах, выбросить правую ногу быстрым battement на 90° в сторону II позиции, раскрыть руки на II позицию. На четвертую четверть положение сохраняется.

Второй такт. За тактом опуститься на demi plié на II позицию, согнуть правую руку в I позицию и, оттолкнувшись пятками от пола, вскочить на первую четверть на левую ногу на полупальцы, правую таким же быстрым battement выбросить на 90° в сторону II позиции, руки открыть на II позицию. На вторую и третью четверти положение сохраняется. На четвертую четверть опуститься в V позицию, правая нога сзади, руки опустить в подготовительное положение.

Точно так же изучается с правой ноги préparation en dedans. Его первая половина аналогична préparation en dehors, но после plié на II позиции следует вскочить на полупальцы на правую ногу, левую выбросить в сторону на 90° и закончить в V позицию, поставив левую ногу вперед.

Для исполнения тура à la seconde en dehors (с правой ноги) после demi plié на II позиции правая рука, находящаяся в I позиции, переводится на II и берет форс; левая рука, находящаяся на II позиции, слегка выдвигается вперед, содействуя форсу. Голова и взгляд сначала направлены через левое плечо,

затем голова быстро выпрямляется и в заключении возвращается в исходную точку en face. Руки при вращении упруго закруглены на II позиции. Пятка опорной ноги выворотная; нога, поднятая на 90°, закреплена в бедре и не теряет положения II позиции. Спина и бедра все время сохраняют подтянутость.

При исполнении двух туров следует усилить форс правой руки, но ни в коем случае нельзя выдвигать вперед правое плечо.

2. Законченная форма. Размер $\frac{1}{4}$, один такт. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. За тактом — demi plié и подъем на полупальцы в V позицию. На первую четверть забросить большим battement правую ногу в сторону на 90°, левая остается на полупальцах. На вторую четверть — короткое demi plié на II позиции. Между второй и третьей четвертью вскочить на полупальцы на левую ногу, исполнить тур en dehors à la seconde на продолжении третьей и четвертой четверти. Остановиться на полупальцах, правая нога поднята на 90°.¹

Тур en dehors

Préparation и тур en dehors в позе attitude croisée. Исходное положение — IV позиция croisé, левая нога впереди на demi plié, правая вытянута сзади и находится на всей ступне.². Центр тяжести корпуса на левой ноге, руки в положении III arabesque, локти и кисти слегка приподняты; голова и взгляд направлены к правой руке в точку 2. Сделать demi plié на двух ногах, оставляя центр тяжести корпуса на опорной левой ноге, и, оттолкнувшись пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы (пяткой вперед), правую выбросить в attitude croisée. Одновременно правая рука поднимается в III позицию, левая закругляет кисть и локоть, но остается на II позиции; голова поворачивается в профиль к левому плечу. Фиксировать позу на полупальцах следует как можно дольше, затем вытянуть правую ногу, раскрыть руки и опуститься в V позицию.

При исполнении одного и двух туров в правую сторону форс берет левая рука; из положения préparation она закругляет кисть и дает небольшой толчок в правую сторону. Правая рука не теряет положения III позиции; правое плечо, слегка

¹ Туры en dehors в позе écartée назад исполняются также с préparation à la seconde en dehors; туры en dedans в позе écartée вперед — с préparation à la seconde en dedans.

² Показывая первый раз ширину позиции, можно встать в V, вытянуть левую ногу носком по полу (приемом tendu) на croisé вперед, поставить ее в IV расширенную позицию на demi plié. В дальнейшем пользоваться этим приемом нет необходимости.

отведенное назад, помогает вращению. Голова остается неподвижной, в профильном положении, присущем основной позе *attitude croisée*.

Впоследствии, в старших классах, применяются различные варианты положений рук. При вращении в правую сторону можно поднять в III позицию левую руку, согнув правую в I, поднять наверх обе руки и т. п.

Préparation и тур en dehors в позе III arabesque. Исходное положение — IV позиция, левая нога впереди. Положение ног, корпуса и рук такое же, как в предыдущем примере *attitude croisée*. С *demi plié*, оттолкнувшись двумя пятками от пола, вскочить на левую ногу на полупальцы (пятка выворотна), правую выбросить на *croisée* назад в III *arabesque*; руки остаются в положении, принятом в *préparation*, но линия немного удлиняется. Форс для тура в позе III *arabesque* взять очень трудно, он берется, по существу, движением левой руки и кисти, дающей толчок в правую сторону, но в то же время остающейся в позе *arabesque*. Корпус как бы устремляется в туре за правой рукой, протянутой вперед. Правая нога, подтянутая в бедре и убранная на *croisé*, также способствует вращению. Голова остается неподвижной и повернута к правой руке.

Préparation и тур en dehors в позе IV arabesque. *Préparation* делается вышеописанным образом, в IV позиции *croisé*, левая нога впереди. Вскидывая для тура из *demi plié*, следует проходящим движением опустить левую руку вниз, соединить ее с правой в I позиции, вскочить на левую ногу на полупальцы и принять позу IV *arabesque*. Это движение рук (левая протягивается вперед, правая вместе с плечом отводится назад) дает хороший форс для вращения на один и два тура.

Préparation и тур en dehors в позе effacée вперед. Исходное положение — IV позиция *croisé*, левая нога впереди на *demi plié*, правая вытянута сзади и прикасается к полу всей ступней. Центр тяжести корпуса передан на левую ногу. Правая рука протянута вперед, левая в сторону, ладони обращены вниз, кисти слегка приподняты. Коротким движением сделать *plié* на правой ноге, передать на нее центр тяжести корпуса¹ и, оттолкнувшись пяткой, вскочить на правую ногу на полупальцы, забросив левую на *effacé* вперед на 90°. Вся фигура поворачивается в точку 8 плана класса. Кисти рук закругляются, левая рука остается на II позиции, правая в момент *plié* отводится в сторону и через II позицию поднимается наверх в III. Голова повернута направо, плечи ровные, спина и бедро левой ноги подтянуты.

¹ В женском классе этот переход в *plié* на правую ногу делается иначе: предварительно — подъем, и пальцы быстро вытягиваются, после чего нога опускается на *plié*. Такой прием может применяться и в мужском классе.

Для исполнения одного и двух туров en dehors форс берет правая рука, которая поднимается в III позицию (вращение будет в левую сторону); голова остается неподвижной и повернута к правому плечу.

Préparation и тур en dehors à la seconde с IV позиции. Исходное положение — IV позиция croisé, левая нога впереди. Положение корпуса и рук, как в предыдущих préparations. Сделать demi plié двумя ногами и, оттолкнувшись пятками, вскочить на полупальцы на левую ногу, правую выбросить в сторону II позиции на 90°. Правая рука закругляет кисть отводится на II позицию, левая также закругляет кисть и остается на II позиции. Вся фигура направлена в точку 2 плана класса.

Для исполнения одного и двух туров в правую сторону форс берет правая рука, которая открывается на II позицию; легкое движение левой кистью направо дает дополнительный форс. Голова в начале вращения повернута через левое плечо в точку 2 и возвращается в положение en face.

Все перечисленные préparations и туры рекомендуется делать, вскакивая на полупальцы слегка вперед. Этот прием хорошо ставит корпус на опорную ногу, помогает держать пятку выворотно и, проходящим моментом фиксируя позу, делать туры.

Туры en dedans

Préparation и тур en dedans в позе attitude effacée. Исходное положение — IV позиция croisé, правая нога впереди на demi plié, левая вытянута сзади и прикасается к полу всей ступней. Корпус в épaulement croisé, центр тяжести на опорной правой ноге, левое плечо отведено назад, правое впереди; левая рука с закругленной кистью на II, правая на I позиции, голова повернута в точку 1 плана класса. Усилив plié на правой ноге (левая остается вытянутой), оттолкнуться пятками и вскочить на правую ногу на полупальцы (подать пятку вперед), поднять левую ногу в attitude effacée и повернуть всю фигуру в точку 2. Всккивая на полупальцы, резко перевести правую руку с I на II позицию, левую, находящуюся на II позиции, поднять в III. Центр тяжести корпуса передается вперед на опорную ногу, голова поворачивается налево.

С этого préparation при исполнении одного и двух туров в правую сторону форс дает правая рука, которая резко переводится с I позиции в сторону; левая рука, поднимаясь в III позицию, дополняет форс. Голова неподвижна в принятой позе.

В начале изучения можно поднимать руки в позу, с preparation, через I позицию. В дальнейшем применяются в позе различные варианты положений рук: обе руки в III позиции, в I и III позициях и т. д.

Préparation и тур en dedans в позе I arabesque. Исходное положение — IV позиция croisé, правая нога впереди. Préparation как в attitude effacée. Правая рука в I, левая на II позиции. Усилив plié на правой ноге, оттолкнуться пятками и вскочить на правую ногу на полупальцы, корпус повернуть в точку 3. Одновременно левая нога с втянутым бедром выбрасывается в arabesque на 90°; правая рука вытягивается вперед, левая в сторону, ровные плечи и голова поворачиваются к точке 3, взгляд направлен через кисть правой руки.

В этом préparation чрезвычайно важно, вскакивая из IV позиции в позу, сразу повернуть вперед левое плечо; отставание плеча, так же как и распушенность левого бедра, нарушает позу и мешает вращению.

При исполнении одного и двух туров в правую сторону корпус с втянутой спиной сильно подается вперед на опорную ногу; форс дает правая рука, которая энергичным движением вытягивается вперед. Она как бы прорезает воздух: все вращение направлено за нею. Левая рука находится против плеча в положении arabesque и уравнивает позу, голова прямо.

Préparation и тур en dedans в позе II arabesque. Préparation — как и в предыдущих двух примерах. Всккивая на полупальцы на опорную правую ногу, повернуть всю фигуру в точку 3. Левая рука через I позицию отводится вперед, правая (вместе с плечом) назад; голова поворачивается налево. Левая нога отведена назад на 90° и закреплена в бедре, корпус приподнят больше, чем в I arabesque. Движение рук и поворот пятки правой ноги вперед помогают при вращении в правую сторону на один и два тура.

Préparation и тур en dedans à la seconde. Исходное положение — IV позиция croisé, правая нога впереди, правая рука на I, левая на II позиции. Вскочить на полупальцы на правую ногу, левую выбросить в сторону II позиции на 90°. Корпус поворачивается en face в точку I, руки на II позиции.

При исполнении одного и двух туров в правую сторону поза en face фиксируется (как и все позы), форс дает правая рука; голова на момент остается повернутой к зеркалу через левое плечо и затем возвращается в исходную точку. Эти туры можно исполнять, подняв руки через II позицию в III.

Préparation и тур en dedans в позе croisée вперед. Из IV позиции croisée, правая нога впереди, исполнить préparation en dedans à la seconde, как указано в предыдущем примере. Затем, не задерживая левую ногу на II позиции на высоте 90°, провести ее на той же высоте на croisé вперед. Бедра приходится сильно сдерживать, чтобы нога не заходила дальше полагающегося положения croisé. Руки сначала открыты на II позицию, затем принимают позу croisée: правая в III, левая на II позиции.

Форс на один и два тура в правую сторону дает левая рука и кисть. Голова повернута в профиль к левому плечу.

Все перечисленные примеры туров en dedans можно сделать с *préparation* в IV позиции *effacé*. В этом случае *préparation* с правой ноги будет в точку 2, с левой — в точку 8.

Туры с разных приемов

В экзерсисе и *adagio* на середине зала туры в больших позах и *sur le sou-de-pied* могут быть исполнены не только с *préparation* в основных позициях (II, IV и V), но и с различных приемов: с шага на полупальцы, с *tombé*, с *soupiré* и т. д.

Ниже приводится всего несколько примеров, но варианты туров и поз весьма разнообразны.

1. *Тур с шага на полупальцы*. а) Сделать правой ногой *développé* на *plié effacé* вперед на 90°, руки поднять в I позицию; с шагом в точку 2 передать центр тяжести корпуса на правую ногу на полупальцы и, приняв позу I *arabesque*, исполнить тур en dedans.

б) *Développé* левой ногой на *effacé* назад, правая на *plié*, руки в I позиции, корпус наклонен вперед. С шагом в точку 6 перейти на левую ногу на полупальцы, передать на нее центр тяжести корпуса, выбросить правую ногу *effacé* вперед на 90° и исполнить тур en dehors. Руки из I позиции открываются в сторону, левая берет форс, поднимаясь в III позицию, правая на II.

2. *Туры с tombé*. а) *Développé* правой ногой в сторону на 90°. Подняться на полупальцы левой ноги, упасть за кончиком носка правой ноги (*tombé*) на *plié*, вскочить на полупальцы, забросить левую в сторону на 90° и исполнить тур en dedans.

б) Позиция *croisée* вперед, правая нога поднята на 90°. Подняться на полупальцы, упасть вперед за кончиком носка правой ноги на *plié*, вскочить на нее на полупальцы и, выбросив левую на *croisé* назад, сделать тур en dehors в позе III *arabesque*. Левая рука, находящаяся в позе *croisée* в III позиции, в момент *tombé* из III позиции опускается в I и вместе с правой рукой принимает положение *arabesque*.

3. *Туры с soupiré*. а) *Demi plié* на правой ноге, левая согнута *sur le sou-de-pied* сзади. Подставить левую ногу сзади на полупальцы (*soupiré*) правую выбросить (вытянутую) *écarté* назад на 90° и одновременно, раскрыв руки через I позицию (правую в III, левую на II), сделать тур en dehors в позе *écartée* назад.

б) с такого же *soupiré* можно сделать тур en dehors в позе *effacée* вперед и т. п.¹

¹ Туры с шага, с *tombé* и с *soupiré* делаются также на пальцах.

ТУРЫ SUR LE COU-DE-PIED С ГЛУБОКОГО Plié. Туры с глубокого plié en dehors и en dedans исполняются с I, II, V и IV позиций. Сначала исполняется один, затем два тура.

В grand plié перед турами пятки удерживаются на полу как можно дольше.¹ В последний момент, когда пятки уже отделены от пола, не задерживаясь, быстро подняться на высокие полупальцы на ту ногу, на которой должен исполняться тур. Правило равномерности plié здесь нарушается: опускание происходит на две четверти, а быстрый подъем вверх и тур делаются между второй и третьей четвертью.

Перед началом plié руки слегка вскидываются вверх, немного задерживаются, затем, опускаясь, соединяются снизу в I позицию для исполнения тура. Соединять руки надо без опоздания в момент вытягивания ноги на тур. В мужском классе часто применяется прием, когда в plié одна рука находится в I, другая во II позиции и в туре соединяются вместе. С I и II позиции туры берутся en face, с V и IV с épaulement.

ТУРЫ С ГЛУБОКОГО Plié В БОЛЬШИХ ПОЗАХ. Достигнув конечной точки grand plié в I, II, IV или V позициях делают один и два тура en dehors или en dedans; поднимаясь из глубокого plié на полупальцы одной ноги, другую ногу следует одновременно выбрасывать приемом battement в заданную для тура большую позу. Руки, предварительно открытые на II позицию, в plié опускаются вниз и через I позицию открываются в заданную позу.

Эти туры могут быть исполнены во всех без исключения больших позах с I, II, IV и V позиций; туры à la seconde делаются с I и II позиций.

ТУРЫ CHAÎNÉS. Chaînés (цепочки) — туры, исполняемые на двух ногах на высоких полупальцах и пальцах.

«Внезапно мчащаяся цепь маленьких кружков...» — так определяет chaînés А. Я. Ваганова в своей книге «Основы классического танца». Бессмысленно делать одно chaîné. Минимальное количество этих кружков в начале изучения — четыре, затем восемь, шестнадцать и более. Их делают по диагонали сверху вниз и по кругу.

Разучивание chaîné полезно начать по прямой линии к зеркалу сверху вниз так, чтобы учащийся научился не отклоняться с намеченной линии в сторону и контролировать свое исполнение по зеркалу. После этого можно перейти на диагональ. Первые дни повороты лучше делать медленно на две четверти каждый, чтобы уловить положение ног, плеч, головы и почувствовать строгую подтянутость спины, бедер и колен. Затем пово-

¹ В plié на II позиции пятки от пола не поднимаются.

роты постепенно ускоряются, так как стихия *chaîné* — быстрые динамичные темпы: каждый кружок делается на одну четверть, на одну восьмую и, наконец, на одну шестнадцатую.

Туры chaînés в правую сторону. Размер $2/4$. Движение по прямой линии из точки 5 в точку 1. За тактом сделать *demi plié*, выдвинуть правую ногу носком по полу вперед, вытянуть правую руку перед собой, левую — против левого плеча, кисти повернуты ладонями вниз; корпус и голова *en face*. На первую четверть с шагом перейти на правую ногу на полупальцы, повернуться направо (*en dedans*) на половину поворота. Руки соединяются в невысокую I позицию, левая берет небольшой форс. Корпус поворачивается левым плечом вперед, голова остается повернутой к зеркалу через левое плечо. На вторую четверть левая нога ставится рядом с правой (без промежутка). Обе ноги находятся на полупальцах рядом в невыворотном положении, из которого и делается вторая половина поворота на левой ноге. Корпус поворачивается, правое плечо отводится назад, голова поворачивается направо.¹

Для второго *chaîné*, оставаясь на полупальцах, сделать едва заметный шаг вперед, руки снова приоткрываются и в повороте закрываются. По мере ускорения темпа руки не открываются полностью, движение делают только кисти. В быстром темпе, при большом количестве *chaînés*, руки, взяв форс на первом повороте, остаются затем в I позиции на полувьсоте, повороту помогают упруго закругленные локти.

Для стремительных и точных в своем направлении *chaînés* очень важно соблюдать равномерность поворотов ног. Если при начальной проработке поворот будет делаться целиком на одной ноге, а вторая лишь ставится рядом, *chaînés* получатся неритмичными, будут исполняться рывками. Не менее важно одновременно с ногами ощущать повороты в плечах и бедрах (в правую сторону: на правой ноге — левым плечом вперед, на левой ноге — правым плечом назад).

Ноги должны быть все время рядом. Широко расставленные ноги мешают устойчивости корпуса, сбивают с намеченного направления и лишают движение эстетичности.

Все описанные *pirouettes* и туры исполняются и в левую сторону.

¹ Таким образом, при первой половине поворота вся фигура находится в профиль к зеркалу левой стороной; вторая половина поворота заканчивается также в профиль к зеркалу, но правой стороной. При исполнении *chaînés* по диагонали с правой ноги из точки 6 в точку 2 первая половина поворота будет заканчиваться в профиль левым плечом в точку 2 (голова повернута к левому плечу); вторая половина поворота заканчивается также в профиль, но правым плечом в точку 2 (голова повернута к правому плечу).

XI. ПОВОРОТЫ В ADAGIO

В adagio на середине зала применяются различные повороты: туры lents, renversé, grand fouetté en face и en tournant и повороты fouetté en dehors и en dedans.

Туры lents

Туры lents — это медленные повороты на всей ступне en dehors и en dedans в больших позах, исполняемые при помощи продвижения пятки опорной ноги без отрыва от пола.

Поза, в которой начинается тур lent, сохраняется до конца поворота. Движение пятки должно быть совершенно незаметно, чтобы создавалось впечатление неподвижной статуэтки, медленно вращающейся на подставке.

Туры lents развивают устойчивость корпуса и силу ноги, поднятой на 90°; они применяются в маленьком и большом adagio и в экзерсисе на середине зала. В дуэтном танце партнерша при поддержке партнера исполняет туры lents на пальцах (медленные обводки).

Порядок изучения полезен следующий: тур lent, à la seconde en dehors и en dedans, attitude croisée и effacée, поза croisée вперед и I arabesque, III arabesque и поза effacée вперед, II arabesque; наиболее трудные позы écartée назад и вперед и IV arabesque изучаются последними.

Вначале тур lent надо делать с задержкой в каждой точке зала и только половину поворота, затем целый поворот с задержкой во всех точках и в законченной форме — плавный поворот.

Тур lent à la seconde en dehors. Первоначальное изучение. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Сделать правой ногой développé в сторону II позиции на 90°, руки раскрыть на II позицию.

Первый такт. На первую и вторую четверти повернуться на опорной ноге направо в точку 2, на третью и четвертую положение сохраняется.

Второй такт. На первую и вторую четверти повернуться в точку 3, на третью и четвертую положение сохраняется.

Третий такт. Таким же образом повернуться в точку 4.

Четвертый такт. Повернуться в точку 5 и, закрывая руки в подготовительное положение, опустить правую ногу в V позицию назад.

Тур lent с полным поворотом. Размер $\frac{4}{4}$, четыре такта. Движения распределяются следующим образом: на одну четверть — поворот в каждую точку, на вторую четверть — остановка и т. д.

Затем тур lent делается на два такта $\frac{4}{4}$ с остановками во всех точках; на один такт с остановками в точке 3, 5, 7 и 1; в законченной форме плавно, без остановок, на $\frac{4}{4}$.

Переходя к поворотам в других позах, уже нет необходимости придерживаться такой изнурительной последовательности в количестве музыкальных тактов; нога, поднятая на 90° , приобретает достаточную силу, тур lent в attitude croisée и другие позы уже можно делать с остановками по точкам только на два такта $\frac{4}{4}$, затем на один и переходить к слитным поворотам.

Renversé

В переводе renversé имеет несколько значений: опрокидывать, перемещать, проливать.

В нашей терминологии renversé означает запрокидывание корпуса. Это сложное pas разучивается в старших классах и имеет много разновидностей. За последние годы renversé стало терять свою виртуозную и красивую форму: в упрощенном виде оно напоминает простое pas de bourrée en tournant, соединенное с port de bras.

Renversé — это сильное запрокидывание и поворот корпуса, в котором движения рук и ног являются как бы аккомпанементом к движению корпуса и играют второстепенную роль.

Примеры наиболее распространенных видов.

RENVERSE EN DEHORS ИЗ ATTITUDE CROISÉE. Размер $\frac{4}{4}$. Встать на левую ногу в позу attitude croisée, поднять правую руку в III, левую на II позицию. За тактом сделать demi plié, корпус и голову слегка наклонить вперед, причем правая рука сохраняет III позицию. На первую четверть выпрямить корпус и несколько перегнуться назад, одновременно подняться на полупальцы левой ноги. Кисти рук в момент выпрямления корпуса слегка вытягиваются, затем снова закругляются. Выгибаясь назад, корпус повернуть направо (en dehors).

На вторую четверть правая нога с *attitude* подставляется на полупальцы к левой, левая поднимается на высокое *sou-de-pied* впереди; корпус усиливает перегиб и находится в полуоборот к зеркалу (примерно в точку 4); голова и взгляд тоже остаются направленными в сторону зеркала: левая рука со II позиции сгибается в I, правая остается в III, плечи ровные (корпус перегибается только назад, но не набок). Задержавшись в позе как можно дольше, на третью четверть в последний момент (как бы опаздывая) закончить поворот корпуса (*en dehors*) к зеркалу, переступив на полупальцы на левую ногу и отделив правую *sur le sou-de-pied* впереди. Руки соединяются в I позиции (правая рука опускается в I позицию сверху, непосредственно из III). Завершая поворот, продолжать перегиб корпуса и лишь в заключительный момент, при опускании правой ноги в V позицию на *demi plié* (правая нога впереди), выпрямиться. Руки приоткрываются в I позиции, голова поворачивается направо. На четвертую четверть — пауза.

RENVERSE EN DEHORS ИЗ ATTITUDE CROISÉE. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* на левой ноге. На первую четверть — подъем на полупальцы и перегиб корпуса с поворотом. Между первой и второй четвертью переступить на правую ногу, повернуть корпус. В конце второй восьмой (как бы опоздав) переступить на левую ногу и на вторую четверть закончить движение в V позицию на *demi plié*, исполнив *renversé* так, как описано в предыдущем примере.

Это *renversé* можно сделать из позы III *arabesque* или с *à la seconde* на 90° . Вынув ногу на II позицию на 90° , наклонить голову, сделать *demi plié* на опорной ноге; проведя ногу назад в *attitude croisée*, подняться на полупальцы и исполнить *renversé*.

RENVERSE EN DEDANS ИЗ ПОЗЫ CROISÉE ВПЕРЕД. Размер $\frac{4}{4}$. Позиция *croisée* вперед, левая нога поднята на высоту 90° . Правая рука на III, левая на II позиции. За тактом сделать *demi plié*, слегка наклонить корпус и голову вперед, причем правая рука сохраняет III позицию. Затем корпус выпрямляется и на первую четверть перегибается назад, правая нога поднимается на полупальцы; кисти рук вытягиваются и в перегибе снова закругляются. Поворачивая корпус направо (*en dedans*), на вторую четверть подставить левую ногу на полупальцы к правой, правую поднять *sur le sou-de-pied* сзади. Находясь в полуоборот к зеркалу, усилить перегиб корпуса, голова и взгляд направлены к зеркалу; левая рука на I, правая на III позиции. Слегка задержаться в позе и закончить поворот направо к зеркалу, переступив на полупальцы на правую ногу и

отделив левую *sur le cou-de-pied* сзади; руки соединяются в I позиции. На третью четверть опуститься в V позицию на *demi plié* левая нога сзади, руки приоткрыть.

Renversé en dedans на $\frac{2}{4}$ выполняется так же, как в предыдущем примере.

Это *renversé* можно исполнить *en dedans*, вынув предварительно ногу в сторону II позиции на 90° .

Renversé en dedans из позы *croisée* вперед через позу *écartée* вперед. Позиция *croisée* вперед с левой ногой на 90° . Правая рука на III, левая на II позиции. *Demi plié*, легкий наклон корпуса и головы вперед. В момент подъема на правой ноге на полупальцы руки (левая через подготовительное положение, правая сверху из III позиции) на момент встречаются в I позиции. Перегнуть корпус назад, повернуть направо (*en dedans*) левым плечом в точку 2; левая нога из положения *croisée* вперед переводится в *écarté* вперед на 90° . Руки, пройдя I позицию, открываются: левая на III, правая на II позицию, голова в позе *écartée* вперед направлена в точку 2. Затем подтянуть левую ногу к правой и перейти на нее на полупальцы, правую поднять *sur le cou-de-pied* сзади. Усилить перегиб корпуса, раскрыть руки на II позицию. Левое плечо, голова и взгляд направлены в точку 2. Закончить поворот корпуса, переступив на правую ногу на полупальцы и подняв левую *sur le cou-de-pied* сзади. Руки опускаются вниз и быстро переходят в I позицию. Опуститься на *demi plié* в V позицию, левая нога сзади, приоткрыть руки в I позиции. Распределение на музыкальные доли такое же, как в предыдущем примере.

Renversé с *attitude croisée* и из позы *croisée* вперед делается в *allegro*: *jeté renversé* и *sissonne renversé*; в женском классе *renversé* выполняется также на пальцах.

Правила исполнения *renversé*. *Renversé* выполняется слитно; перегиб корпуса все время усиливается: небольшой перегиб в момент подъема на полупальцы, усиление — в полуповороте, в заключительном *pas de bourrée* перегиб продолжается.

Недопустимо перегибаться набок: корпус с хорошо подтянутыми бедрами перегибается только назад.

Главное в *renversé* — поворот корпуса; ноги переступают в *pas de bourrée*, подчиняясь движению корпуса.

Руки меняют свои положения мягко, без резкой фиксации, они не содействуют повороту, а только создают рисунок *pas*.

Голова и взгляд направлены к зеркалу до последнего момента поворота и в заключении *renversé* в V позицию в *épaulement croisé* снова возвращаются к зеркалу.

Для устойчивого исполнения *renversé* на одном месте следует ставить на полупальцы одну ногу на место другой; шаг

назад, в сторону или вперед нарушит устойчивость и может отвести исполнителя в самом неожиданном направлении.

RENVERSE C GRAND ROND DE JAMBE DÉVELOPPÉ EN DEHORS. Размер $4/4$. Préparation: левая нога на croisée сзади, носком в пол, руки в подготовительном положении. За тактом сделать demi plié на правой ноге, согнув левую sur le cou-de-pied сзади. Приоткрыть руки в сторону, соединить их внизу и сделать courré, поставив левую ногу на полупальцы и подняв правую sur le cou-de-pied впереди. На первую четверть опуститься с полупальцев на demi plié, полусогнутую правую ногу отвести на croisé вперед на 45° . Корпус и голова немного пригибаются вперед и влево, взгляд направлен на кисти рук, поднятых в I позицию. Между первой и второй четвертью левая нога поднимается на полупальцы, правая, вытягиваясь, делает grand rond de jambe développé en dehors. Одновременно корпус выпрямляется; голова и взгляд следуют за руками, поднимающимися в III позицию. На вторую четверть раскрыть руки на II позицию, опуститься на demi plié в épaulement croisé; правая нога сгибается сзади на 90° , корпус перегибается назад. Между второй и третьей четвертью подтянуть правую ногу к левой, подняться на ней на полупальцы и исполнить pas de bourrée en tournant en dehors (в правую сторону). Руки опускаются вниз и соединяются в I позиции; усилить перегиб корпуса, исполнить renversé, заканчивающееся на третью четверть в V позицию на demi plié, правая нога впереди. Четвертая четверть — пауза.

Движения корпуса, головы и рук координируются с rond de jambe на полупальцах.

Renversé en dedans выполняется так же. Это renversé можно сделать в allegro, начав его с маленького sissonne simple на croisée, и в следующем прыжке исполнить rond de jambe с renversé. (В женском танце его исполняют и на пальцах.)

RENVERSE EN ÉCARTÉE C IV ARABESQUE. «Перевернуть стакан с водой не пролив ни капли», — так в шутку объясняют иногда это renversé на уроке.

Исполненное правильно, оно напоминает блестяще проделанный фокус. В его рисунке все лаконично и резко, делают его на одну четверть (начинают за тактом), вторая четверть — остановка в заключительной позе.

Встать на правую ногу в IV arabesque; хорошо установить корпус на выворотной опорной ноге, затем выровнять плечи по одной прямой линии так, чтобы левая рука была открыта в сторону против левого плеча. Крепко закрепить спину, сильно пригнуть корпус налево и немного вперед, одновременно согнуть левую ногу на высоте 90° к колену опорной ноги; упругим

движением соединить руки в подготовительном положении, наклонить голову налево, подняться на полупальцы опорной ноги.

Склоненный налево корпус быстро повернуть en dedans (направо) и с перегибом назад остановиться в позе écartée назад, резко поставив на пол пятку опорной ноги и открыв левую ногу в точку 6. Руки из подготовительного положения сильным движением поднимаются в III позицию.

Здесь нет никаких промежуточных положений: первая фигура — наклон корпуса к ноге, согнутой на 90°, вторая — заключительная поза écartée.

Как и во всех renversé, поворот здесь делает только корпус, опорная нога поднимается на полупальцы и в заключении поворота пятка ставится на пол. Нельзя вместо этого делать тур на полупальцах.

Это renversé можно повторить из заключительной позы écartée, можно сделать его также en dehors, начав из позы croisée вперед и закончив в позу écartée вперед.

Grand fouetté effacée en face

Первоначальное изучение. При исполнении grand fouetté effacée фигура переводится с одной диагонали на другую: если его начать правой ногой с диагонали точки 2—6, то заканчивать на диагональ точки 8—4; если левой ногой с диагонали точки 8—4, то на диагональ точки 2—6.

Последовательность изучения. 1. En dehors. Размер $\frac{4}{4}$. Préparation: левая нога на croisée сзади носком в пол. За тактом сделать demi plié на опорной правой ноге, согнуть левую sur le sou-de-pied сзади и приоткрыть руки в стороны. Соединяя руки внизу, встать на левую ногу на полупальцы (souté), правую поднять sur le sou-de-pied вперед. Поворачиваясь на effacée в точку 2, на первую четверть опуститься на demi plié, правую полусогнутую ногу отвести на effacé вперед на 45°; корпус сильно пригнуть вправо; плечи ровные, правая рука на II, левая на I позиции; голова и взгляд обращены к кончику носка правой ноги. На вторую четверть, выпрямляя корпус и поднимая левую руку, сопровождаемую поворотом головы и взглядом в III позицию, подняться на полупальцы, правую ногу вытянуть и провести в сторону на 90°, корпус повернуть en face. На третью четверть повернуться на полупальцах и открыть левую руку на II позицию, правую провести в III; в это время правая нога проводится на effacé назад на 90° в точку 4, корпус поворачивается в точку 8. На

четвертую четверть опуститься на *demi plié* в позу *attitude effacée*, пригнув корпус вперед, немного больше, чем принято в *attitude*.

2. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом *soupiré*. На первую четверть сделать *demi plié* на опорной ноге, пригнув корпус набок. Между первой и второй четвертью — *grand rond de jambe* на полупальцах. На вторую четверть — окончание *fouetté* на *demi plié* в позу *attitude effacée*.

Все движение делается слитно, без задержки на II позиции. Поворот корпуса координируется с *grand rond de jambe* и с движениями головы и рук, причем левая рука активно помогает подъему корпуса из первоначального наклонного положения, правая содействует повороту корпуса в заключительную позу. В соответствии с движениями рук поворачиваются и плечи. При исполнении этих *fouetté* в прыжках и на пальцах руки также активно участвуют в движении.

En dedans. Préparation — левая нога на *croisée* вперед носком в пол. *Soupiré*, затем *demi plié* на левой ноге, корпус повернуть на *effacé* в точку 8 и перегнуть его назад; правая нога полусогнута на *effacé* назад на 45° , правая рука на I, левая на II позиции, голова откинута назад через правое плечо, взгляд направлен на кончик носка правой ноги.

Вытягивая правую ногу назад (на 45°) и опуская правую руку в подготовительное положение, подняться на полупальцы, повернуть корпус *en face* и провести ногу на 90° в сторону II позиции. Одновременно руки также раскрываются на II позицию. Заканчивая *grand rond de jambe en dedans*, провести ногу в *effacée* вперед на 90° , корпус также повернуть на *effacé* в точку 2. Опуститься на *demi plié*, перегнуть корпус назад; правая рука остается на II позиции, левая со II поднимается в III, плечи ровные.

При исполнении движения на $\frac{2}{4}$ на первую четверть сделать *plié* на опорной ноге. Между первой и второй четвертью — *rond de jambe en dedans* на полупальцах, на вторую четверть закончить *fouetté* на *plié* в позе *effacée* вперед.

Это *fouetté* начинается и заканчивается перегибом корпуса назад, что должно сохраняться при исполнении его в прыжках и на пальцах.

Fouetté effacé на полупальцах и пальцах можно начинать из V позиции. Сделать *demi plié* и за тактом левой ногой, находящейся в V позиции сзади (для *en dehors*), сделать шаг на полупальцы в точку 8, руки раскрыть в сторону, корпус повернуть на *effacé* в точку 2 и одновременно согнуть правую ногу *sur le cou-de-pied* впереди. После этого опуститься на *demi plié*, пригнуть корпус и сделать *fouetté en dehors*. Для *fouetté en dedans* шаг на полупальцы делается ногой, находящейся в V позиции впереди.

Grand fouetté en tournant

Grand fouetté en tournant на полупальцах, на пальцах и с прыжком делается главным образом en dedans, в позы attitude croisée, effacée, I, II, III и IV arabesque; en dehors исполняется только в позу croisée вперед.

1. *Grand fouetté en tournant en dedans в позу III arabesque (в правую сторону)*. Размер $2/4$ — общий для всех grand fouetté en tournant.

Préparation: правая нога на croisée вперед носком в пол. За тактом опуститься на demi plié на правую ногу, вскочить на нее на полупальцы, забросить левую большим battement jeté в сторону на 90° ; корпус повернуть en face и открыть руки снизу на II позицию. На первую четверть, поворачиваясь направо в точку 4 (en dedans), выбросить левую ногу по полу через первую позицию demi plié¹ вперед на 90° в точку 4; одновременно правая нога поднимается на полупальцы. Руки повернуть ладонями вниз, опустить (в момент passé по I позиции) и сильным движением вместе с battement поднять в III позицию; корпус перегибается назад, голова прямо.

Зафиксировав на секунду позу, быстро закончить поворот en dedans на вторую четверть в сторону зеркала в III arabesque на demi plié. Руки непосредственно из III позиции опускаются: левая вперед, правая в сторону. Левая нога остается в точке 4 на той же высоте.

Правила исполнения grand fouetté en tournant. При исполнении fouetté в правую сторону повороту корпуса помогает форс левой рукой и поворот пятки опорной правой ноги вперед при первой половине fouetté и в заключении поворота.

Это fouetté делается в два темпа без плавных промежуточных положений.

Совершенно так же делается fouetté в правую сторону в attitude croisée и IV arabesque. В attitude effacée поворот корпуса и бросок ноги вперед на 90° будет в точку 6, заключение поворота — в точку 2.

При fouetté в I и II arabesque бросок ноги вперед на 90° делается в точку 6; затем корпус заканчивает поворот en face к зеркалу (в точку 1), а нога разворачивается на II позицию на 90° , после чего принимается поза I или II arabesque в точку 3 на demi plié.

Руки, как и во всех fouetté en dedans, снизу резко поднимаются в III позицию и в последний момент раскрываются в позу.

¹ Проходящее demi plié делают обе ноги.

2. *Grand fouetté en tournant en dehors (в правую сторону).*
Размер $2/4$.

Préparation: левая нога на croisé сзади носком в пол. За тактом — demi plié и подъем на полупальцы на левую ногу. Одновременно правая нога выбрасывается большим battement jeté в сторону на 90° ; корпус поворачивается en face, руки снизу открываются на II позицию. На первую четверть выбросить правую ногу по полу через I позицию demi plié в III arabesque и подняться на левой на полупальцы; руки проводятся в III arabesque через подготовительное положение. Зафиксировав позу, повернуться на полупальцах en dehors в сторону зеркала в позу croisée вперед на 90° и на вторую четверть опуститься на demi plié.

В момент поворота голова направлена к зеркалу через левое плечо, а в заключении поворачивается направо. Правая рука из позы III arabesque отводится на II позицию, кисть закругляется, левая содействует повороту и поднимается (сверху) в III позицию.

Во время поворота едва заметно сгибается правая нога; ощущение сгиба должно идти не от колена, а как бы от носка. Эта деталь смягчает линию ноги, хотя в заключительной позе croisée она совершенно вытянута.

3. *Grand fouetté en tournant со II позиции (à la seconde).*
Исполняется на пальцах en dehors и en dedans с предварительного demi plié с выбрасыванием ноги в сторону II позиции на 90° . При этом руки раскрываются на II позицию, а опорная нога поднимается приемом relevé на пальцы. Затем опорная нога делает короткое demi plié и тур, во время которого нога, выброшенная на 90° , сгибается на en dehors сзади колена и быстро переводится вперед (на fouetté en dedans — впереди колена и переводится назад). Это fouetté является разновидностью общеизвестного fouetté на 45° .

Руки во время grand fouetté могут соединяться в невысокой I позиции, подниматься со II позиции в III, а также одна может быть в III, другая на II позиции.

Поворот-fouetté

Исполняется из большой позы в позу: у палки на всей ступне и на полупальцах, на середине зала — на всей ступне.

Находясь в позе (например, в attitude effacée), быстро (на одну четверть) повернуться en dedans, выдвинуть вперед пятку опорной ноги, согнуть работающую ногу на высоте 90° к колену опорной ноги и моментально открыть ее снова в attitude. Повороту помогают руки, которые упругим и сильным движением соединяются в I позицию и резко открываются в первоначальную позу.

ХII. ДВИЖЕНИЯ НА ПАЛЬЦАХ

Танец на пальцах является одним из главных компонентов сольного и дуэтного женского танца. Его легкость, пластичность, динамика и выразительность необходимы танцовщице.

Движения на пальцах вводятся тогда, когда ноги (и в особенности ступни) достаточно укреплены экзерсисом у палки и на середине зала.

Чтобы правильно и устойчиво стоять на пальцах, необходимо подготовить ноги упражнениями на полупальцах (*relevé* в I, II, V и IV позициях), что должно быть сделано в первую половину учебного года в первом классе.

При положении ноги на выворотных полупальцах (пятка вперед) упор ноги и тяжесть тела следует равномерно распределять на все пять пальцев: не должно быть наклона ступни на сустав одного большого пальца.

Положение ноги, стоящей на носке (на пальцах), также требует полной выворотности: упор делается на первый, второй и третий пальцы или на первый и второй, в зависимости от строения ноги (длины пальцев). Чрезмерно удлиненный первый палец и короткие остальные затрудняют работу на пальцах, но это вовсе не является отрицательным показателем для занятий классическим танцем при наличии общих хороших данных.

В первом классе в середине учебного года выполняются простейшие упражнения на пальцах на двух ногах; *relevé* в I, II и V позициях лицом к палке (не более трех-четырех уроков); затем *relevé* на пальцах переносится на середину зала; далее изучается *échappé*, *glissade*, *pas de bourrée* с переменой ног в том виде, в каком оно делается на полупальцах (см. «*Pas de bourrée*») и *pas de bourrée suivi* в I и V позиции (мелкий бег на пальцах).

В следующих классах разучиваются все виды *pas de bourrée en face* и *en tournant*, движения на одну ногу в маленькие и большие позы: *sissonnes*, *jetés*, туры, различные виды *fouettés* (указанные в разделе «Повороты в *adagio*»), прыжки на двух и на одной ноге.

В младших и средних классах урок на пальцах (после экзерсиса у палки и на середине зала) следует давать два раза в неделю, в старших — через день.

Ниже приводятся лишь основные раз танца на пальцах.

Relevé

Последовательность изучения. 1. *Relevé на всех позициях лицом к палке* (первоначальное изучение). Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть сделать *demi plié*. На вторую оттолкнуться пятками от пола, встать на пальцы, сильно вытянув колени и подъем. На третью и четвертую четверти стоять на пальцах (проверяя правильность положения стопы). На первую и вторую четверти второго такта опуститься на всю ступню и перейти в эластичное *demi plié*. На третью и четвертую — вытянуть колени. Упражнение повторяется на I, II и V позиции от четырех до восьми раз.

В самых первых упражнениях следует требовать подъема на пальцы сразу из *demi plié* без постепенного перехода с полупальцев на пальцы; несколько позднее следует, отталкиваясь пятками от пола, как бы вскакивать на пальцы.

Вытянутые колени, напряженные мышцы ног, подтянутый корпус и бедра содействуют устойчивости на пальцах. Опускаться с пальцев на *demi plié* необходимо эластично и сдержанно; резкое падение на *plié* недопустимо.

2. *Relevé на всех позициях у палки и на середине зала*. Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть сделать *demi plié*. На вторую четверть вскочить на пальцы. На третью опуститься на *demi plié*. На четвертую вытянуть колени.

3. *Relevé на всех позициях*. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом сделать *demi plié*. На первую четверть вскочить на пальцы. На вторую опуститься на *demi plié* и т. д.

4. *Relevé на $\frac{1}{4}$* . *Demi plié* и *relevé* на пальцы выполняется за тактом; опускание с пальцев на *demi plié* приходится на каждую четверть

Echappé

Последовательность изучения. 1. *Echappé на II позицию* (первоначальное изучение). Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть — *demi plié* в V позиции. На вторую вскочить на пальцы и равномерно раскрыть ноги на II позицию. На третью четверть соединить ноги в V позицию на *demi plié*. На четвертую вытянуть колени.

Echappé на IV позицию croisé и effacé изучается точно так же.

2. *Echappé* на $\frac{2}{4}$. Законченная форма. Исходное положение — *épaulement croisé*. За тактом — *demi plié* в V позиции. На первую четверть вскочить на пальцы. На вторую опуститься в V позицию на *demi plié* в *épaulement croisé* и т. д.

3. *Echappé* на $\frac{1}{4}$. *Demi plié* и подъем на пальцы происходит за тактом, окончание *échappé* на *demi plié* — на четверть. При исполнении *échappé* несколько раз подряд подъем на пальцы всегда будет на восьмую долю, *demi plié* на четверть.

Руки могут быть в подготовительном положении или приоткрываться в сторону II позиции.

Glissade

Последовательность изучения. 1. *Glissade* в сторону II позиции (первоначальное изучение). Размер $\frac{4}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. На первую четверть — *demi plié*. Между первой и второй четвертью правая нога скользит по полу в сторону II позиции. На вторую четверть передать корпус на носок правой ноги, левая быстро подтягивается к правой в V позицию на пальцы. На третью четверть опуститься на *demi plié*. На четвертую вытянуть колени.

2. *Glissade* на $\frac{2}{4}$. Законченная форма. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*. *Demi plié* и *glissade* начинаются за тактом. На первую четверть соединить ноги в V позиции на пальцах. На вторую четверть опуститься на *demi plié*.

Glissade в сторону выполняется без перемены и с переменной ног; затем во всех направлениях и позах, руки в маленьких и больших позах.

Jeté

Jeté на пальцах — это шаг на пальцы на одну ногу. Исполняется из *demi plié*.

Jetés делятся на маленькие и большие; и те и другие делаются во всех направлениях и позах.

Делая шаг с предварительного *demi plié* в V позиции, центр тяжести корпуса следует передать на носок ноги, встающей на пальцы, и моментально подтянуть бедра. Это содействует устойчивости позы на пальцах. Шаг должен быть широким.

В маленьком *jeté*, встав на одну ногу на пальцы, другую сгибают в положение *sur le sou-de-pied* впереди или сзади. Руки поднимаются на полувысоту в I и II позиции или в позы с руками в III и II позиции, в I и III и с двумя руками в III позиции.

Опускаться с пальцев можно в V позицию на *demi plié* или на ту ногу, которая находится *sur le cou-de-pied*; при этом нога, стоявшая на пальцах, сгибается в положение *sur le cou-de-pied*, мягко открывается и снова делает шаг-*jeté* на пальцы.

В больших *jetés*, сделав *demi plié* в V позиции, следует вынуть ногу на 45° , центр тяжести корпуса остается на опорной ноге; затем сделать широкий шаг за кончиком носка, встать на пальцы и перенести на эту ногу центр тяжести корпуса, одновременно другая нога поднимается на 90° , руки принимают заданную позу.

Опуститься можно на две ноги в V позицию на *demi plié*, но наиболее полезным является другой прием: сохраняя позу, опуститься на *demi plié* на ногу, находящейся на пальцах. Опускаться надо мягко, сдержанно; нога, находящаяся на высоте 90° , не опускается. Закончить движение можно простым *pas de bourrée* с переменой ног.

В больших *jetés* в позы *attitude*, I, II, III и IV *arabesques* нога на 90° поднимается; в позах *croisée*, *effacée* вперед, *écartée* назад и вперед нога быстро вынимается приемом *développé*. Большие *jetés* исполняются в плавных умеренных темпах. Руки принимают заданную позу и содействуют устойчивости на пальцах.

Sissonne

Sissonne — вскакивание на пальцы с двух ног на одну. В младших классах разучивается *sissonne simple sur le cou-de-pied* и *sissonne ouverte* на все маленькие позы; в следующих классах — *grande sissonne ouverte* во всех направлениях и больших позах.

SISSONNE SIMPLE. Последовательность изучения. 1. Первоначальное изучение. Размер $\frac{4}{4}$. На первую четверть сделать *demi plié* в V позиции. На вторую, оттолкнувшись пятками от пола, вскочить на пальцы на одну ногу, вторая подтягивается *sur le cou-de-pied* впереди или сзади. На третью четверть опуститься в V позицию на *demi plié*. На четвертую вытянуть колени.

2. Законченная форма. Размер $\frac{2}{4}$. За тактом — *demi plié* в V позиции. На первую четверть вскочить на пальцы на одну ногу. На вторую четверть опуститься в V позицию на *demi plié* и т. д.

Sissonne simple исполняется также на $\frac{1}{4}$. Положение на пальцах будет на восьмую долю, *demi plié* в V позиции на одну четвертую. Руки остаются в подготовительном положении или по заданию открываются в I и II позицию, II и III, III и I и т. п.

детей в...
на...
ка, встать
и корпус
принимает

demi plié
аная полу-
ых. Опу-
на высоте
тым pas de
 arabesques
ée вперед.
емом deve-
енных тем-
от устойчи-

Sissonne

на одну.
le sou-de-
следующих
влениях и

ия. 1. Пер-
от сделать
пятками от
дтягивается
тверть опу-
о вытянуть

— demi plié
цы на одну
ю на demi
ложение на
ции на одну
ожения или
и III. III и



SISSONNES



ДУЭТ

МАТЕНЬ
е — V поз
современн
ед (вперед
croisé, effacé
позицию на
С demi p

и ни в коем
на 45°. В п
дается на
передается
в сторону
сторону от
открытая п
plié следу
времени с

Послед
1/4, 2/4 и 1/4

GRAN
seconde
также бе
arabesque
croisée, e
Первона

На п
рую вск
руки, ко
причем
упругим
рошую
цию на

Как
позы т
В п
нимае
впере
прием

В
на 2/4
Je

дела
с па
закр
пал
раз
в м

МАЛЕНЬКОЕ Sissonne Ouverte. Исходное положение — V позиция, *demi plié*. Вскочить на пальцы на одну ногу, одновременно открыв другую через проходящее *sur le cou-de-pied* (вперед или сзади) в сторону II позиции на 45° или на *croisé, effacé, écarté* вперед и назад, и закончить движение в V позицию на *demi plié*.

С *demi plié* необходимо отталкиваться от пола двумя ногами и ни в коем случае не освобождать от толчка ногу, открываемую на 45°. В позах вперед корпус при подъеме на пальцы передается на опорную ногу слегка назад; в позах назад корпус передается на опорную ногу вперед; при исполнении движения в сторону II позиции корпус отклоняется в противоположную сторону от ноги, открытой на 45°. Поза четко фиксируется, нога, открытая на 45°, неподвижна. Опускаться в V позицию на *demi plié* следует одновременно на две ноги, не соскакивая раньше времени с опорной.

Последовательность изучения та же, что и в *sissonne simple*: $\frac{4}{4}$, $\frac{2}{4}$ и $\frac{1}{4}$.

GRANDE Sissonne Ouverte. Исполняется в позах à la seconde без продвижения, во всех больших позах (вначале также без продвижения) затем в позах attitude, I, II, III и IV arabesques с продвижением вперед (с проскакиванием); в позах *croisée, effacée* вперед, *écartée* вперед и назад без продвижения. Первоначально *grandes sissonnes* изучаются на $\frac{4}{4}$.

На первую четверть сделать *demi plié* в V позиции. На вторую вскочить на пальцы на одну ногу, другую открыть на 90°, руки, корпус и голова одновременно принимают заданную позу, причем руки, раскрываясь в позу через I позицию, должны быть упругими и придавать позе не только выразительность, но и хорошую устойчивость. На третью четверть опуститься в V позицию на *demi plié*. На четвертую вытянуть колени.

Как и в больших прыжках, исполнение *sissonne* в большие позы требует углубленного *demi plié* перед началом движения.

В позы attitude *croisée, effacée* и четыре arabesque нога поднимается на 90° приемом *battement*; в позы *croisée* и *effacée* вперед, *écartée* назад и вперед и à la seconde нога вынимается приемом *développé*.

В законченной форме *grand sissonne ouverte* исполняется на $\frac{2}{4}$.

Jeté в большие позы, а также *grande sissonne ouverte* можно делать с *plié relevé*. Принять на пальцах позу, опуститься с пальцев на *demi plié*, сохраняя позу и оставляя неподвижно закрепленную ногу, поднятую на 90°, затем снова вскочить на пальцы. *Plié relevé* может повторяться в готовой позе несколько раз подряд на одном месте, а также с продвижением вперед в момент *relevé* на пальцы, в позах attitude и arabesque.

Pas de bourrée suivi

Suivi — означает непрерывный, связный. Непрерывная цепь pas de bourrée в I или V позиции с продвижением во всех направлениях, по прямой линии, по диагонали, по маленькому и большому кругу, в медленном, среднем и быстром темпе называется pas de bourrée suivi и является необходимейшей частью танца на пальцах.

Начиная с первого класса, следует постоянно совершенствовать это движение во всех классах, развивая быстроту, легкость и филигранность исполнения.

Последовательность изучения. 1. Pas de bourrée suivi в I позиции (первоначальное изучение). Размер $2/4$. Встать в I позицию, сделать demi plié и вскочить на пальцы, соединив ноги по всей линии в невыворотном положении в I позиции. На первую четверть отделить носок правой ноги от пола, слегка выбросить ногу вперед (невысоко от пола) в невыворотном положении и быстро поставить обратно к левой ноге. На вторую четверть то же самое сделать левой ногой и т. д. Тренировать движение на месте много раз подряд. Затем ускорить движение и выбрасывать ноги поочередно на $1/8$.

2. Pas de bourrée suivi в I позиции с продвижением вперед и назад. Начало такое же, как в № 1; затем, слегка выбрасывая ноги вперед, каждый раз делать маленький шаг вперед, сохраняя невыворотное положение ступней в I позиции и передавая корпус за носком ноги. Пройдя таким образом прямую линию из точки 5 в точку 1, не спускаясь с пальцев и продолжая выбрасывать ноги слегка вперед, двигаться назад, спиной к точке 5.

3. Законченная форма. Исходное положение — V позиция, épaulement croisé, правая нога впереди. За тактом сделать demi plié, приоткрыв правую ногу вперед на 45° ; с шагом перейти на правую невыворотную ногу на пальцы и пробежать вперед в невыворотной I позиции. Дойдя до намеченной точки, отбежать в I позиции на пальцах назад, оставаясь лицом к зрителю. Ноги все время находятся рядом.

При ускорении темпа уменьшается выбрасывание ноги и шаг вперед, становясь почти незаметным для глаза. Но именно этот прием, применяемый в первоначальном изучении, придает впоследствии четкость бегу на пальцах.

Это pas de bourrée можно делать вперед или назад по диагонали, по прямой линии поперек зала, двигаясь назад в профильном положении к зеркалу.

Каждый шаг может исполняться на шестнадцатую долю в быстром и медленном темпе.

Положе
При п
перед, по
крывать
готовитель

PAS D
тельно
ходное по
вперед.
плотную
отделить
ставить о
ноги и с
жение на
акцент н
ноги от
тающей
необходи
колена.

При
suivi та
нутых к
ние груз

2. Ра
рону. И
Demi pli
(правое
левую н
правой

Отде
шаг в с
в глубо
правой
ким обр
кальной
правой
 $1/8$ и $1/4$

По
ние по
затем
2, с ле
могут
положе
В з
позици
в напр

Положения рук и головы варьируются по заданию педагога. При первоначальном исполнении рекомендуется, двигаясь вперед, постепенно поднимать руки в I позицию и слегка раскрывать их; отходя назад, также постепенно опускать их в подготовительное положение.

PAS DE BOURRÉE SUIVI В V ПОЗИЦИИ. Последовательность изучения. 1. Первоначальное исполнение. Исходное положение — V позиция, *épaulement croisé*, правая нога впереди. Сделать *demi plié*, вскочить на пальцы в глубокую и плотную V позицию, сильно подтянуть бедра и спину. Слегка отделить от пола носок правой ноги и с четким акцентом поставить обратно в V позицию; тотчас приподнять носок левой ноги и с акцентом поставить в V позицию. Повторить это движение на месте не менее шестнадцати раз, каждый раз делать акцент носком в пол на одну четверть и ритмично отделять ноги от пола. При поднимании носка от пола колено рабочей ноги слегка сгибается; при опускании ноги на носок необходимо моментально почувствовать полную вытянутость колена.

При неопытности или плохом исполнении *pas de bourrée suivi* танцующий передвигается иногда на пальцах на присогнутых коленях («сидит на ногах»), что производит впечатление грузности и неестественности бега на пальцах.

2. *Pas de bourrée suivi* в V позиции с продвижением в сторону. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди. *Demi plié*, вскочить на пальцы в V позицию в *épaulement croisé* (правое плечо слегка впереди) поднять правую руку на III, левую на II позицию; голова немного наклонена под локоть правой руки.

Отделить носок правой ноги от пола, сделать маленький шаг в сторону; тотчас левую ногу отделить от пола и поставить в глубокую V позицию сзади, снова сделать маленький шаг правой ногой и поставить левую в V позицию сзади и т. д. Таким образом пройти по прямой линии направо в течение музыкальной фразы не менее восьми тактов по $\frac{2}{4}$. Вначале шаги правой и левой ногой делаются на $\frac{1}{4}$ каждый, затем на $\frac{1}{8}$ и $\frac{1}{16}$.

По мере усвоения *pas de bourrée* ускоряется темп. Движение повторяется с левой ноги с продвижением в левую сторону, затем изучается по диагонали с правой ноги из точки 6 в точку 2, с левой из точки 4 в точку 8. Руки во время продвижения могут оставаться в позе, принятой вначале, или менять свои положения.

В законченной форме *pas de bourrée* начинаются прямо с V позиции с *demi plié*; нога приоткрывается и делает шаг в направлении заданного *pas de bourrée*: в сторону, на *croisé*

вперед, на *écarté* и т. п. Первый шаг на пальцы делается широкий, корпус и вторая нога, не задерживаясь, передаются к носку ноги, делающей шаг.

Правила исполнения *pas de bougée suivi*. *Pas de bougée suivi* следует исполнять, слегка приподнимая носки от пола. Чем быстрее темп, тем меньше носки отделяются от пола, однако движения ног должны оставаться четкими.

Продвигаясь в сторону, по диагонали и по кругу, шаги следует делать маленькие, незаметные, вторая нога должна моментально присоединяться к первой в V позицию, во избежание положения ног на II позиции.

Продвигаясь в направлении *croisé*, *effacé* вперед и назад (то есть делая шаги вперед или назад), следует избегать положения ног в IV позиции, а держать их также в V.

Довольно распространенной ошибкой исполнения *pas de bougée suivi* является вялое подтягивание ноги в V позицию назад. Нога, делающая шаг, активна, но так же активна должна быть и другая нога, которая ставится в V позицию сзади.

Pas de bougée делаются с сильно подтянутыми бедрами и вытянутыми коленями.

Прыжки на двух ногах (*changement de pieds*)

В третьих и четвертых классах начинают изучать *changement de pieds* на пальцах — вначале с прыжком на месте, затем с продвижением вперед и назад в направлении *croisé*, в направлении по диагонали и с поворотами на месте (*en tournant*).

Последовательность изучения. 1. Первоначальное изучение. Исходное положение — V позиция, сделать *demi plié*, вскочить в V позицию на пальцы; снова сделать *demi plié*, но на пальцах, выворотом раскрывая колени с напряженными мышцами ног, с подтянутой спиной и ягодичными мышцами; ступня немного сокращается в подъеме (в особенности с большим подъемом), связки ступни напряжены. Прыжок наверх (умеренный) на такое расстояние от пола, чтобы колени, подъем и пальцы абсолютно вытянулись в воздухе. Возвращаясь с прыжка на пальцы, снова немного сократить подъем и раскрыть колени в положении *demi plié*. Исполнив таким образом четыре прыжка (на $\frac{1}{4}$ каждый), закончить последний в V позицию на *demi plié* на всю ступню. Количество *changements de pieds* следует постепенно увеличивать.

2. Законченная форма. Из V позиции *demi plié* исполнить прыжок, закончить его в V позиции на пальцах на *demi plié*

и отсюда продолжать все последующие *changements de pieds*; последний прыжок в V позицию на *demi plié* делается на всю ступню.

Руки вначале остаются в подготовительном положении, позднее они участвуют в движении: постепенно поднимаются в I и III позицию, затем раскрываются на II позицию и опускаются вниз. Варианты положений рук и поворотов головы могут быть самые разнообразные.

Changements de pieds исполняются на $\frac{1}{4}$ и на $\frac{1}{8}$ каждый.

При ускорении темпа высота прыжка становится минимальной, но колени, подъем и пальцы должны успевать вытягиваться при отрыве от пола.

Когда *changement de pied* разучивается с продвижением, то следует учесть, что продвижение происходит в момент отрыва от пола.

Прыжки на одной ноге

Эти прыжки могут исполняться в любой маленькой позе на одном месте или с продвижением вперед. Нога ставится на пальцы сверху из предварительного *demi plié*, другая нога поднимается в положение *sur le cou-de-pied* или в маленькую позу (на 45°) в вытянутом или полусогнутом положении. Положения рук, корпуса и головы варьируются по заданию педагога. Прыжки эти носят безусловно партерный характер, в них не должно быть явного отрыва от пола. Колено ноги, на которой исполняется прыжок, должно быть упругим и сильным на *plié* и в прыжке остается присогнутым.

Прыжки с продвижением вперед по диагонали делаются с *ballonné* или с *rond de jambe en l'air en dehors*; положение корпуса, рук и головы соответствует позам *effacée* или *écartée* вперед. Во время прыжков руки могут находиться одна в I, другая во II позиции, во II и III позиции, в I и III, могут постепенно подниматься, раскрываться, опускаться вниз, снова подниматься, меняя позы.

Этим прыжкам обычно предшествует *coupé*, исполняемое за тактом из V позиции или с *préparation croisée* назад носком в пол.

Если правая нога в V позиции стоит впереди, следует опуститься на нее на *demi plié*, левую согнуть *sur le cou-de-pied* сзади. Коротким движением подставить левую ногу на пальцы, передать на нее центр тяжести корпуса и в прыжке исполнить правой ногой *ballonné* или *rond de jambe en l'air*.

Прыжки на одной ноге с продвижением вперед могут исполняться в позе *arabesque* на 90° . Они требуют огромного напряжения ступни опорной ноги и исполняются на присогнутом

колоне, что лишает их особой эстетической ценности. Выразительнее, воздушнее и приятнее для глаза будут обыкновенные *plié relevé* с продвижением вперед в позах *arabesque*.

В разделе «Вращение на полу и в воздухе» перечисляются варианты туров, применяемых на полупальцах и пальцах.

Здесь остановимся на турах, исполняемых только на пальцах.

Туры en dehors с *dégagé*

Вращение в правую сторону с продвижением по диагонали из точки 6 в точку 2.

Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция *épaulement croisé*, правая нога впереди. За тактом сделать *demi plié*, мягко открыть левую ногу в сторону на 45° (*dégagé*), повернуть всю фигуру в точку 2 и открыть руки на II позицию. На первую четверть сделать тур en dehors на левой ноге, подставив ее на пальцы к правой ноге впереди; правая тотчас подтягивается *sur le sou-de-pied* впереди, руки соединяются в невысокой I позиции (форс дает левая рука), голова и взгляд на момент остаются направленными через левое плечо в точку 2. Заканчивается тур лицом в точку 2. На вторую четверть правая нога отделяется от *sou-de-pied*, с маленьким шагом вперед и опускается на *demi plié*, левая мягко открывается в сторону на 45° (*dégagé*), одновременно руки раскрываются на II позицию.

Движение повторяется нужное количество раз. Эти туры делаются и на $\frac{1}{4}$. Во время туров руки могут подниматься в III позицию.

Полезным вариантом положения рук (при вращении в правую сторону) является следующий: в начале тура левая рука со II позиции закрывается в I, правая остается на II; в заключении поворота правая рука быстро переводится в I позицию, левая отбрасывается на II позицию.

В момент *dégagé* обе руки снова раскрываются на II позицию.

Туры en dedans на двух ногах (*glissade en tournant*)

Вращение в правую сторону с продвижением из точки 6 в точку 2.

Размер $\frac{2}{4}$. Исходное положение — V позиция, правая нога впереди, *épaulement croisé*. За тактом проходящим движением повернуться на *effacé* лицом в точку 2 и с *demi plié* сделать правой ногой скользящий шаг вперед на пальцы. Правая рука вытягивается вперед, левая в сторону, кисти в положении ага-

besque. Передав центр тяжести корпуса на правую ногу, тотчас подтянуть левую в V позицию на пальцы впереди правой. Одновременно берется форс левой рукой, руки соединяются в невысокой I позиции, корпус поворачивается так, чтобы левое плечо оказалось направленным в точку 2, правое в точку 6; голова и взгляд направляются через левое плечо. Не задерживаясь, на первую четверть закончить поворот лицом в точку 2, причем правая нога в заключении поворота должна быть в V позиции впереди.

Таким образом, эти туры начинаются и заканчиваются в положении effacé. На вторую четверть опуститься в V позицию на demi plié, левую руку отвести на II позицию, правую оставить в I.

Повторяя движение, снова сделать шаг в точку 2, вытянуть вперед правую руку и повернуть кисти в положение agabesque. Как в начале тура, так и в его заключении плечи должны быть совершенно ровные. Шаг делается за кистью правой руки, как бы указывающей направление шага по диагонали, а впоследствии и по кругу. Ноги во время тура плотно подтянуты в V позицию (недаром эти туры имеют второе название «туры soutenu»), что имеет большое значение при ускорении темпа, а также при исполнении их на $\frac{1}{4}$ каждый. Подтянутость ног, быстрые повороты головы, плеч и подтянутых бедер придают турам стремительную виртуозность.

Туры en dedans с coupé (исполняются по диагонали и по кругу)

Последовательность изучения. 1. Первоначальное изучение. Размер $\frac{2}{4}$. Вращение в правую сторону по диагонали из точки 6 в точку 2. Как и в турах en dedans на двух ногах, за тактом повернуть корпус на effacé, открыть правую руку вперед, левую в сторону. На первую четверть сделать шаг вперед на носок правой ноги в направлении кисти правой руки; левая нога ставится sur le cou-de-pied впереди, корпус передается вперед на опорную ногу и сильно подтягивается вверх; левая рука берет форс и соединяется вместе с правой в I позиции.

Исполнить тур en dedans, отчетливо проворачиваясь на носке правой ноги. Голова и взгляд остаются направленными через левое плечо в точку 2 и в заключении тура голова и вся фигура обращены в точку 2. На вторую четверть сделать coupé, то есть упасть на plié на левую ногу, поставив ее сзади правой, правую согнуть sur le cou-de-pied (вся фигура в положении effacé). Отсюда движение повторяется.

2. Законченная форма. Во время тура нога, согнутая *sur le cou-de-pied*, находится сзади опорной ноги в выворотном и закреплённом положении. После тура делается *coupé*.

Эти туры также имеют свое второе название — «туры *piqué*», что вполне соответствует характеру их исполнения. Ногу на тур следует ставить остро, чуть сверху, как бы пикируя пол, быстро проворачиваться на носке и снова, с большим динамичным шагом вперед, исполнить следующий тур.

Все примеры туров по диагонали и по кругу, при исполнении их на $\frac{1}{4}$ каждый, делаются на сильную музыкальную долю — на четверть; *demi plié* перед турами делается на слабую музыкальную долю, между четвертями.

ЭКЗ
IV и V
2. В
по $\frac{2}{4}$.
Вос
левой
пятки,
на $\frac{1}{8}$
Вс
вой но
3.
8 такт
En
три на
дый;
jambe
По
plié (
bras c
4.
Fo
впере
рону,
Fr
четыре
5.
Д
на $\frac{1}{8}$
sur le
45°; f
на 90
рону

ПРИМЕР УРОКА ДЛЯ СТАРШЕГО КЛАССА

(Все комбинации исполняются с правой и с левой ноги)

ЭКЗЕРСИС У ПАЛКИ. 1. Grand plié по два раза на I, II, IV и V позиции, на $\frac{4}{4}$ каждое.

2. Battements tendus и battements tendus jetés, 32 такта по $\frac{2}{4}$.

Восемь вперед на $\frac{1}{4}$ каждый, на восьмой demi plié; восемь левой ногой назад; в сторону правой ногой два с опусканием пятки, четыре простых, семь battements tendus jetés в сторону на $\frac{1}{8}$ каждый, повторить jetés еще раз.

Всю комбинацию проделать в обратном порядке, начав правой ногой назад.

3. Ronds de jambe par terre и grands ronds de jambe jetés, 8 тактов по $\frac{4}{4}$.

En dehors: четыре ronds de jambe par terre на $\frac{1}{4}$ каждый, три на $\frac{1}{8}$ каждый, два grands ronds de jambe jetés на $\frac{1}{4}$ каждый; семь par terre на $\frac{1}{8}$ каждый и четыре grands ronds de jambe jetés на $\frac{1}{4}$ каждый.

Повторить все en dedans и на 4 такта $\frac{4}{4}$ сделать обвод на plié (rond de jambe par terre) en dedans—en dehors и port de bras с растяжкой на plié и перегибом корпуса.

4. Battements fondus и frappés, 24 такта по $\frac{2}{4}$.

Fondu вперед на 45° на $\frac{2}{4}$; plié — relevé на $\frac{2}{4}$; fondu double вперед на $\frac{2}{4}$; plié — relevé на $\frac{2}{4}$. Повторить fondu также в сторону, назад и в сторону.

Frappé: в сторону семь и семь, на $\frac{1}{8}$ каждое; double frappé четыре на $\frac{1}{4}$ каждое, семь — на $\frac{1}{8}$ каждое.

5. Ronds de jambe en l'air, 8 тактов по $\frac{4}{4}$.

Два ronds de jambe на $\frac{1}{4}$ каждый, заканчивая на plié; три — на $\frac{1}{8}$ каждый, последний закончить на plié; два тура en dehors sur le sou-de-pied на $\frac{2}{4}$, закончить, открыв ногу в сторону на 45° ; flic-flac en tournant en dehors на $\frac{2}{4}$, закончить в сторону на 90° ; два тура en dehors temps relevé на $\frac{2}{4}$, закончить в сторону на 45° ; три ronds de jambe на $\frac{1}{8}$ каждый, пять и пять rondes de jambe на $\frac{1}{16}$ каждый. Повторить все en dedans.

6. Petits battements sur le cou-de-pied, 16 тактов по $\frac{1}{4}$.

Шесть petits battements на $\frac{1}{8}$ каждый, закончить développé на 90° в позу effacée вперед; повторить petits battements, закончить développé на 90° в позу écartée назад. Двенадцать petits battements на $\frac{1}{8}$ каждый; tombé (к опорной ноге) на правую ногу на plié, согнув левую sur le cou-de-pied сзади, полуповорот на полупальцах к палке (в заключении поворота — левая нога sur le cou-de-pied впереди). Отсюда исполнить комбинацию с левой ноги и повторить все в обратном направлении с правой и с левой ноги.

7. Battements développés, 8 тактов по $\frac{1}{4}$ или 32 такта вальс.

Первый такт: ballotté вперед на 90° на одну четверть; passé на 90° на полупальцах на одну четверть; ballotté назад на четверть; passé на 90° на полупальцах на четверть.

Второй такт: rond de jambe développé en dehors на 90° с plié на опорной ноге на три четверти, на четвертую — passé на 90° на полупальцах.

Третий такт: développé в сторону II позиции, plié и тур en dehors tirbouchon, закончить в позу écartée назад на 90° .

Четвертый такт: с écarté провести в attitude effacée allongé; développé tombé, закончить attitude effacée на полупальцах.

Повторить комбинацию в обратном направлении.

8. Grands battements jetés pointés, 16 тактов по $\frac{2}{4}$.

Вперед два на $\frac{1}{4}$ каждый, три на $\frac{1}{8}$ каждый. Повторить. В сторону восемь на $\frac{1}{4}$ каждый.

Исполнить все в обратном направлении.

ЭКЗЕРСИС НА СЕРЕДИНЕ ЗАЛА. 1. Маленькое adagio и battement tendu. 8 тактов по $\frac{1}{4}$.

Первый такт: grand plié в V позиции (правая нога впереди) и с глубокого plié tour en dehors в позе effacée вперед.

Второй такт: tour lent в позе effacée.

Третий такт: на полупальцах провести правую ногу в III arabesque и опуститься на demi plié; с подъемом на полупальцы — поворот en dehors с passé на 90° , закончить в позу croisée вперед на 90° на всей ступне.

Четвертый такт: renversé en dedans, закончить в IV позицию croisée в préparation en dehors и один тур en dehors в позе effacée вперед на правой ноге.

На следующие 4 такта исполнить все в обратном направлении: с глубокого plié в V позиции — тур en dedans в attitude effacée (на правой ноге), тур lent; на полупальцах провести ногу на croisée вперед и опуститься на demi plié; поворот en dedans на полупальцах с passé на 90° , закончить его на всей ступне в attitude croisée; renversé en dehors, закончить в IV позицию croisé в préparation en dedans и один тур en dedans в позе attitude effacée.

Battements tendus, 4 такта $\frac{4}{4}$.

Правой ногой два battements tendus и три jetés в маленькую позу croisée вперед; то же самое сделать левой ногой назад; правой — четыре battements tendus в сторону и семь jetés en tournant en dedans. Все battements tendus исполняются на $\frac{1}{4}$, jetés на $\frac{1}{8}$.

4 такта $\frac{4}{4}$. Туры sur le cou-de-pied en dehors с правой ноги: со II позиции туры один, два и три, закончить в IV позицию в préparation en dehors, один и два тура закончить в V позицию, правая нога сзади. Поворот в V позиции на полупальцах, tombé в IV позицию в préparation en dedans и два тура en dedans.

2. Battements fondus, 8 тактов по $\frac{2}{4}$.

Fondu на 45° в effacé вперед на $\frac{2}{4}$, plié и с relevé на полупальцы провести ногу в effacé назад на $\frac{2}{4}$. Повторить, проводя ногу для исполнения fondu вперед, сделав petit battement. Fondu в сторону на $\frac{2}{4}$, plié и на следующие $\frac{2}{4}$ с 45° сделать два тура en dehors sur le cou-de-pied, на два такта $\frac{2}{4}$ открыть ногу в сторону и семь ronds de jambe en l'air en dehors, на $\frac{1}{8}$ каждый. Повторить с другой ноги и исполнить все en dedans.

3. Grands battements jetés pointés (на $\frac{1}{8}$ каждый), 8 тактов по $\frac{2}{4}$.

С правой ноги в позу effacée вперед два pointés, третий в V позицию. Повторить. То же самое с левой ноги в I arabesque в точку 2. То же с правой ноги в позе écartée назад. С левой ноги développé на полупальцах в позу croisée вперед на 90° , tombé-coupé и pas ciseaux с остановкой в I arabesque на plié в точку 2.

4. Большое adagio, 8 тактов по $\frac{4}{4}$.

Первый такт: grand plié на II позицию с port de bras и с глубокого plié — тур на правой ноге в позе II arabesque.

Второй такт: passé на 90° с поворотом в позу écartée вперед левым плечом в точку 2 и повернуться (en dedans) в зеркало в IV arabesque.

Третий такт: renversé en écarté, повторить renversé (из предыдущей позы écartée назад).

Четвертый такт: подняться на полупальцы в позе écartée назад и исполнить pas chassé по диагонали вверх в точку 6, закончить в V позицию. Développé на полупальцах в позу effacée вперед с правой ноги и pas chassé по диагонали в точку 2, закончить в IV позицию effacé в préparation en dedans.

Пятый такт: два тура в I arabesque (на правой ноге) и grand fouetté en tournant en dedans в позу III arabesque.

Шестой такт: поворот en dehors в позу croisée вперед на всей ступне, подняться на полупальцы и опуститься в IV позицию в préparation en dedans.

Седьмой такт: два тура à la seconde en dedans (на левой ноге): не опуская правой ноги, — plié и два тура tirbouchons en dedans; закончить в позу croisée вперед на 90°.

Восьмой такт: renversé en dedans (вторая форма, через écartée вперед) и soubresaut с V позиции в V.

5. Маленькая комбинация на туры в темпе вальса, 16 тактов.

4 такта: с правой ноги маленькое sissonne tombée (в сторону) и pas de bourrée (с переменной ног), закончить в IV позицию в préparation en dehors; два тура en dehors sur le cou-de-pied, закончить в IV позицию croisé.

4 такта: два с половиной тура sur le cou-de-pied en dedans с переходом (tombé) на правую ногу, находящуюся в IV позиции сзади, закончить в IV позицию в préparation en dedans, левая нога впереди: два тура en dedans sur le cou-de-pied (на левой ноге), закончить в большое préparation en dehors, правая нога впереди.

4 такта: два тура en dehors в позе attitude; не опуская ноги, — plié и тур в позе III arabesque, опуститься в V позицию.

4 такта: с правой ноги по диагонали в точку 2 — туры chaînés, закончить в IV позицию в préparation en dehors, и три тура sur le cou-de-pied (в правую сторону), закончить в позу attitude croisée.

ALLEGRO. 8 тактов по $\frac{2}{4}$. 1. Два assemblés battus в сторону II позиции (с правой и с левой ноги); échappé battu на II позицию с переменной ног; повторить с другой ноги. С правой ноги — double assemblé battu, маленькое échappé в IV позицию croisé; повторить с другой ноги и исполнить все в обратном направлении.

2. 8 тактов по $\frac{2}{4}$.

V позиция, правая нога сзади. С правой ноги — маленькое jeté battu, temps levé, assemblé (croisée назад), royale. Исполнить три раза.

Grande sissonne ouverte en tournant en dehors в позу croisée вперед, assemblé. Sissonne fermée battu в маленькую позу croisée назад, royale.

Повторить с другой ноги и исполнить в обратном направлении.

3. 4 такта по $\frac{4}{4}$.

Два grands échappés en tournant на II позицию без перемены ног, по $\frac{1}{2}$ поворота каждое; pas de basque вперед и cabriole в позу IV arabesque; pas de bourrée en tournant, entrechat-quatre.

Повторить два grands échappés en tournant, grande sissonne ouverte en tournant¹ en dehors на II позицию, assemblé; ма-

¹ Для мужского класса — с двойным поворотом в воздухе.

ленькое *sissonne tombée croisée* вперед и *cabriole fermés* в позу IV *arabesque*.

4. Вальс, 16 тактов.

С правой ноги *glissade* и маленький *cabriole fermée* в сторону II позиции. Повторить с другой ноги. С правой ноги — *sissonne tombée* вперед в точку 2 и *grand cabriole* в I *arabesque*. По диагонали из точки 2 в точку 6 два раза *jeté entrelacé* в I *arabesque* с *chassé*, шаг назад и *soutenu en tournant en dedans* в V позицию на полупальцах, левая нога впереди (руки в III позиции); с правой ноги по диагонали в точку 2 — *sissonne tombée*, *coupé*, *grand jeté en tournant* в *attitude effacée*, *coupé*, *grand jeté en tournant*, *coupé*, *grand jeté en tournant* в *attitude effacée*.¹

5. Вальс, 16 тактов.

По диагонали из точки 6 в точку 2 — два *sauts de basque* с *chassé*, туры *chaînés* с остановкой в I *arabesque* на *plié* на правой ноге. По диагонали наверх *chassé* и *grand fouetté sauté en tournant en dedans* в *attitude effacée*; *failli*, *coupé*, *grand jeté* в *attitude croisée*, *assemblé*, два тура *en l'air*² и *sissonne soubresaut* в позу *effacée* назад, с остановкой на левой ноге на *plié*.

6. 4 такта $\frac{6}{8}$. Grande *sissonne ouverte* в *effacé* вперед с правой ноги, с *temps levé* (с прыжком) на опорной ноге обвести правую в III *arabesque*, *assemblé*.

То же повторить с левой ноги и с правой.

С правой ноги в точку 2 — *glissade*, *grand cabriole effacé* вперед, закончить *assemblé* в V позицию, правая нога сзади и продолжать все *pas* с другой ноги.³

7. 8 тактов по $\frac{2}{4}$.

Восемь *entrechat-six* по $\frac{1}{4}$ каждый и шестнадцать маленьких *changements de pieds* на $\frac{1}{8}$ каждое.

8. Медленный вальс.

Port de bras с наклоном корпуса вперед, перегибом назад и в сторону. Ноги в I позиции.

Примеры комбинаций для урока на пальцах.
1. 16 тактов по $\frac{2}{4}$. Правая нога впереди. Четыре *échappés* на II позицию с переменной ног, *échappé sur un pied* и два раза *plié relevé* (правая нога *sur le cou-de-pied* сзади), каждое движение на $\frac{1}{4}$. Закончить в V позицию. Два *échappés* на II позиции на $\frac{1}{4}$ каждое, три *échappés* на $\frac{1}{8}$ каждое. *Préparation* с V

¹ Для женского класса — последние два *grands jetés en tournant* заменить двумя *jetés par terre* — воздушными в маленький *attitude effacée*.

² Для женского класса два тура с V позиции *en dehors à la tirbouchon*.

³ При повторении комбинации можно исполнить *cabriole* с двойным ударом.

позиции в V и три раза тур en dehors sur le cou-de-pied, исполняются равными четвертями. Закончить в V позицию, правая нога сзади, и продолжать комбинацию с другой ноги.

2. 24 такта по $\frac{3}{8}$.

Первый такт: V позиция, правая нога впереди; demi plié и на две восьмые, сделав шаг на пальцы левой ногой вперед в точку 2 и, повернув корпус левым плечом также в точку 2, исполнить pas de bourrée suivi в V позиции. Левая рука открывается вперед, правая в сторону. На третью восьмую с поуповоротом направо переступить правой ногой в V позиции вперед; корпус правым плечом в точку 2, правая рука на I, левая на II позиции, кисти повернуты ладонями вниз.

Второй такт: pas de bourrée suivi в V позиции к точке 2.

Третий и четвертый такты: не опускаясь с пальцев, повторить первые два такта и на последнюю восьмую опуститься на правую ногу на demi plié.

Пятый такт: с шагом вперед встать на левую ногу в attitude croisée (левая рука в III, правая на II позиции).

Шестой такт: plié relevé.

Седьмой такт: renversé en dehors.

Восьмой такт: двойной rond de jambe en l'air en dehors правой ногой в направлении effacé вперед, закончить в V позицию, правая нога сзади.

Следующие 8 тактов повторить все с левой ноги в направлении точки 8.

Первый и второй такты: dégagé левой ногой носком в пол на plié в точку 8 и pas de bourrée suivi в V позиции по диагонали наверх (левая нога впереди, левая рука в I позиции, правая на II, кисти повернуты ладонями вниз); dégagé правой ногой носком в пол на plié в точку 2.

Третий и четвертый такты: pas de bourrée suivi в V позиции по диагонали наверх, правая нога впереди; на последней восьмой — coupé на левую ногу.

Четыре последних такта: pas cougu на пальцах в I позиции вперед в направлении между точками 8 и 1; закончить, исполнив pas de chat вперед, и остановиться на правой ноге, левая на croisée сзади.

3. Медленный вальс, 16 тактов.

Правая нога впереди.

Первый такт: pas de bourrée suivi в V позиции по прямой линии направо, правая рука раскрывается снизу в III, левая на II позицию.

Второй и третий такты: coupé на правую ногу и grande sissonne ouverte на II позицию на 90° левой ногой (руки на II позиции), plié и relevé с поворотом в I arabesque в точку 3, plié.

Четвертый такт: два тура en dehors sur le cou-de-pied на левой ноге (встав на нее сверху), руки в III позиции. Закон-

чить *demi plié* на левой ноге, правая на *croisée* вперед носком в пол; корпус наклонен вниз, руки из III позиции также опускаются вниз (*épaulement croisé*).

Пятый — восьмой такты: повторить то же самое.

Девятый—двенадцатый такты: повторить предыдущее, но туры *en dehors* закончить в V позицию *demi plié*, правая нога сзади, быстро повернуться (направо) на пальцах в V позиции, закончив поворот в *épaulement croisé*, правая нога впереди; правая рука на I, левая на II позиции, голова направо.

Тринадцатый—шестнадцатый такты: по диагонали в точку 2 на левой ноге тур *en dehors* (*sur le cou-de-pied*) с *dégagé*, закончить его (не опускаясь с пальцев) в большую позу *écartée* вперед; правая рука в III, левая на II позиции. Повторить этот тур. Затем исполнить двойной тур *en dehors* с *dégagé*, закончить его в V позицию, правая нога сзади, и *sissonne ouverte* на левую ногу в позу *attitude croisée*, руки на III и II позициях *allongé*.

4. 4 такта по $\frac{4}{4}$ (или 16 тактов вальс).

Préparation: правая нога на *croisé* сзади носком в пол. За тактом — *demi plié* и шаг правой ногой вперед на пальцы в точку 2, руки раскрыть в сторону, корпус повернуть правым плечом также в точку 2.

Первый такт: на первую четверть — *demi plié* и *fouetté effacée en dehors en face*, закончить на вторую четверть на *demi plié*; между второй и третьей четвертью — *relevé* на пальцы (не меняя позы); третья и четвертая четверти — *grand fouetté en tournant en dedans* в III *arabesque*.

Второй такт: на первую четверть — *relevé* в *attitude croisée*, взгляд на левую кисть; на вторую — опуститься в IV позицию в *préparation en dehors*; на третью и четвертую четверти — два тура *en dehors sur le cou-de-pied* (на правой ноге), закончить в V позицию, левая нога сзади.

Третий такт: с правой ноги — *pas de bourrée suivi* в V позиции направо по маленькому кругу, закончить его лицом к зеркалу; на последнюю четверть — *demi plié* на правую ногу, вскочить на нее на пальцы, левую выбросить *à la seconde*.

Четвертый такт: *grand fouetté en tournant en dedans* в I *arabesque*, *pas de bourrée* с переменой ног в IV позицию в *préparation en dedans* и два тура *sur le cou-de-pied en dedans* на левой ноге. Закончить в V позицию, правая нога впереди.

5. 4 такта по $\frac{4}{4}$.

Поза *croisée* назад на правой ноге.

Первый такт: *grand port de bras* с окончанием в IV позицию в *préparation en dedans*.

Второй такт: два тура *à la seconde en dedans* (на правой ноге), руки в III позиции; не опуская левую ногу, — *plié* на правой и *pas de bourrée dessus en tournant*. Закончить, сделав

(с пальцев) шаг назад на левую ногу, правую вытянуть на croisé вперед носком в пол.

Третий такт: plié на правую ногу (проскользнув к точке 3), полтура en dedans в I arabesque на правой ноге, plié, еще полтура в I arabesque, plié, целый тур в arabesque и passé по I позиции в IV позицию croisé, левая нога впереди на plié, правая сзади носком в пол.

Четвертый такт: coupé правой ногой, проскользнуть левой в точку 7, полтура в I arabesque на левой ноге, plié, еще полтура, plié и два тура en dedans à la tirbouchon. Закончить в V позицию, правая нога впереди.

6. 4 такта по $\frac{4}{4}$.

По диагонали из точки 6 в точку 2. Préparation: левая нога на croisée сзади носком в пол; правая рука на I, левая на II позиции, голова направо. За тактом сделать demi plié, повернуть корпус в точку 2, открыть левую ногу в сторону на 45° , а руки на II позицию, и pas de bourrée dessus en tournant. На первую четверть упасть на plié на левую ногу, правую открыть в сторону на 45° и исполнить fouetté en dehors. На вторую четверть упасть на plié на правую ногу, левую открыть в сторону на 45° и сделать fouetté en dedans. На третью четверть, упав на plié на левую ногу, снова сделать fouetté en dehors. На четвертую четверть, упав на plié на правую ногу, исполнить pas de bourrée dessus en tournant и повторить комбинацию fouetté еще два раза. В заключении сделать fouetté en dehors на правой ноге с двойным туром, закончить его demi plié на левой ноге, правая sur le cou-de-pied впереди (*второй и третий такты*).

Четвертый такт: туры chaînés, закончить в IV позицию croisée, левая нога впереди на demi plié, левая рука в III, правая на II позиции.

Примеры большого adagio

1. 4 такта по $\frac{4}{4}$ или 16 тактов вальс.

Первый такт: grand plié в V позицию (правая нога впереди) и с глубокого plié два тура en dehors sur le cou-de-pied; закончить, встав с шага на правую ногу в точку 4 в позу III arabesque и подняв левую руку на высоту III позиции.

Второй такт: наклонить корпус вниз, медленно повернуться и вывести левую ногу в écarté назад на 90° в точку 6.

Третий такт: plié на опорной правой ноге и tour en dehors в позе IV arabesque; слегка наклонить корпус и, поворачиваясь en dehors (на полповорота), вывести левую ногу в сторону на 90° (остановка спиной к зеркалу).

Четвертый такт: plié на опорной правой ноге и, встав сверху на полупальцы на левую, исполнить полтора тура en dedans

в позе attitude effacée. Закончить на plié в позе allongé. Быстрое passé по I позиции вперед, coupé и entrechat-six de volé в позе écartée вперед в точку 8.

2. 4 такта по $\frac{4}{4}$.

Первый такт: grand échappé на II позицию (правая нога впереди) и со II позиции два тура à la seconde en dehors на левой ноге; закончить в V позицию, правая нога впереди.

Второй такт: grand échappé в IV позицию croisée и два тура en dedans в позе I arabesque на правой ноге.

Третий такт: grand fouetté en tournant en dedans в позу I arabesque и второе fouetté в позу attitude croisée.

Четвертый такт: исполнить coupé левой ногой на полупальцы, подняв правую sur le cou-de-pied, plié и с подъемом на полупальцы — renversé en dehors с rond de jambe développé, pas de bourrée en tournant en dehors; закончить в IV позицию préparation en dedans и три тура sur le cou-de-pied с остановкой в позе croisée вперед на 90° , руки в III позиции.

3. 4 такта по $\frac{4}{4}$.

Первый такт: короткое pas failli с окончанием в IV позицию croisée, левая нога впереди в préparation en dehors, два тура en dehors sur le cou-de-pied. Закончить, открыв правую ногу в сторону на 90° , короткое plié на опорной левой ноге и grand jeté на правую ногу, левой исполнить passé на 90° в позу croisée вперед, быстрое passé левой ногой по I позиции назад в позу arabesque по диагонали (в точку 2).

Второй такт: tour lent en dedans в позе arabesque до точки 2, подняться на полупальцы.

Третий такт: tombé назад на левую ногу и два тура en dehors в позе effacée вперед, подняв правую руку в III, левую на I позицию (кисти повернуты от себя). Закончить в V позицию, правая нога сзади.

Четвертый такт: с левой ноги développé в позу écartée вперед с подъемом на полупальцы, tombé и pas chassé в точку 8. Закончить переходом на левую ногу в позу attitude effacée и исполнить поворот-fouetté в позу attitude effacée.

4. 8 тактов по $\frac{4}{4}$.

Первый такт: préparation: левая нога на croisée сзади носком в пол. За тактом — demi plié, dégagé левой ногой в сторону на 45° и pas de bourrée dessus en tournant; закончить на первую четверть. Затем pas de bourrée dessous en tournant. Закончить на вторую четверть и с V позиции — два тура en dehors sur le cou-de-pied с остановкой в позе IV arabesque.

Второй такт: наклониться вниз (в позе arabesque) и подняться в исходное положение.

Третий такт: plié на опорной левой ноге и (проводя правую ногу через II позицию 90°) два тура en dedans в позе croisée вперед и renversé en dedans.

Четвертый такт: быстрое développé с левой ноги в сторону на полупальцах (за тактом) и grand fouetté en tournant en dehors в позу croisée вперед; с подъемом на полупальцы вывести левую ногу в attitude effacée.

Пятый такт: tombé назад на левую ногу и два тура en dehors в позе III arabesque и renversé en dehors (attitude). Закончить, встав на правую ногу в позу croisée назад (носком в пол).

Шестой такт: grand port de bras (шестое).

Седьмой такт: grand port de bras — первая часть (с растяжкой на plié наклонить корпус вниз) на первую четверть; на вторую — быстро перейти на левую ногу, передав на нее корпус, с поворотом en dedans в позу III arabesque на 90°; на третью и четвертую четверти на полупальцах вывести правую ногу в écarté вперед в точку 2.

Восьмой такт: tombé на правую ногу в I arabesque на plié в точку 2 и два тура en dedans sur le cou-de-pied, подняв левую руку в III, правую в I позицию. Остановка в V позиции, левая нога впереди.

СОДЕРЖАНИЕ

<i>В. Шелков. Вместо введения</i>	3
<i>От автора</i>	5
Значение и последовательность экзерсиса	7
Экзерсис у палки	8
Экзерсис на середине зала	10
Adagio	11
Allegro	12

I. ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Позиции ног	14
Позиции рук	17
Голова и лицо	21
Épaulement	22
Устойчивость (aplomb)	22
Понятия en dehors и en dedans	23
Plié	24
Relevé	26

II. BATTEMENTS

Battement tendu simple	28
Battement tendu demi plié	31
Double battement tendu	31
Battement tendu en tournant	32
Battement tendu jeté	34
Battement tendu jeté pointé	35
Battement tendu pour batteries	36
Grand battement jeté (основная форма)	37
Grand battement jeté pointé	38
Grand battement jeté (мягкие)	39
Grand battement jeté balancé	39
Grand battement jeté passé	40
Grand battement jeté на $\frac{1}{4}$ или $\frac{1}{2}$ часть круга	41
Battement frappé	42

Battement double frappé	44
Petit battement sur le cou-de-pied	45
Battement fondu	47
Double battement fondu	49
Battement fondu en tournant	50
Battement soutenu	50
Battement développé	52
Développé passé	54
Développé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$ часть круга	54
Développé с отведением ноги на $\frac{1}{2}$ часть круга (rond de jambe en dehors и en dedans)	54
Développé ballotté	55
Développé с поворотом en dehors и en dedans	57
Développé plié relevé с поворотом en dehors и en dedans	57
Développé balancé (короткое)	58
Développé balancé с отведением ноги на $\frac{1}{4}$, $\frac{1}{2}$ часть круга и с возвраще- нием ее обратно	58
Développé tombé	59
Battements divisés en quarts	60

III. RONDS DE JAMBE

Rond de jambe par terre	62
Rond de jambe par terre en tournant	64
Rond de jambe en l'air	64
Grand rond de jambe jeté	67

IV. PORT DE BRAS

Основные формы учебных port de bras	69
---	----

V. TEMPS LIÉ

Temps lié с перегибом корпуса	76
Temps lié par terre с туром	77
Temps lié на 90°	78
Temps lié на 90° с туром	79
Temps lié на 90° с туром из глубокого plié	80

VI. ПОЗЫ КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Croisée	82
Effacée	83

ОСНОВНЫЕ БОЛЬШИЕ ПОЗЫ

Croisée	84
Effacée	85
Leartée	86
Arabesques	87

VII. СВЯЗУЮЩИЕ И ВСПОМОГАТЕЛЬНЫЕ ДВИЖЕНИЯ

Pas de bourrée	89
Pas couru	96
Coupé	96
Шар	97
Flic-flac	97
Passé	101
Temps relevé	102

VIII. ПРЫЖКИ

Temps levé	105
Changement de pieds	105
Pas échappé	106
Pas assemblé	108
Jeté	115
Sissonne	142
Rond de jambe en l'air sauté	163
Pas de basque	164
Saut de basque	170
Pas ciseaux	174
Pas ballotté	175
Pas ballonné	177
Pas chassé	181
Pas glissade	183
Pas failli	185
Pas emboîté	187
Pas balancé	189
Pas de chat	190
Gargouillade (rond de jambe double)	191
Cabriole	192
Grand fouetté sauté	197

IX. ЗАНОСКИ

Маленькое échappé battu	202
Подготовка к заноскам, royale и entrechat-quatre	202
Entrechat-trois и entrechat-cinq	203

Entrechat-six	203
Entrechat-huit	204
Entrechat-sept	204
Entrechat-six de volé	204
Brisé	205
Brisé dessus-dessous	206
Pas battu	207

X. ВРАЩЕНИЕ НА ПОЛУ И В ВОЗДУХЕ

Pirouettes у палки	215
Grand pirouette на полупальцах	215
Grand pirouette «скачковый»	217
Tур en l'air	218
Туры в больших позах	219
Préparation и тур à la seconde со II позиции	220
Туры en dehors	221
Туры en dedans	223
Туры с разных приемов	225

XI. ПОВОРОТЫ В ADAGIO

Туры lents	228
Renversé	229
Grand fouetté effacée en face	233
Grand fouetté en tournant	235
Поворот-fouetté	236

XII. ДВИЖЕНИЯ НА ПАЛЬЦАХ

Relevé	238
Echappé	238
Glissade	239
Jeté	239
Sissonne	240
Pas de bourrée suivi	242
Прыжки на двух ногах (changement de pieds)	244
Прыжки на одной ноге	245
Туры en dehors с degagé	246
Туры en dedans на двух ногах (glissade en tournant)	246
Туры en dedans с coupé	247
Пример урока для старшего класса	249
Примеры большого adagio	256

214
214
214
215
216
217

215
215
217
218
219
220
221
223
225

228
229
233
235
236

238
238
239
239
240
242
244
245
246
246
247
249
256

КОСТРОВИЦКАЯ ВЕРА СЕРГЕЕВНА
ПИСАРЕВ АЛЕКСЕЙ АФАНАСЬЕВИЧ

ШКОЛА КЛАССИЧЕСКОГО ТАНЦА

Редактор Л. А. Филатова. Художник Ю. В. Пугачев. Художественный редактор Я. М. Окунь. Технический редактор Г. И. Смирнова. Корректор А. А. Гроссман.

Сдано в набор 14/III 1968. Подписано к печати 16/VII 1968.
Формат бум. 60×90^{1/16}. Бумага типографская № 2.
Усл. печ. л. 17,5. Уч.-изд. л. 17,04. Тираж 20 000 экз.
М-19494. Изд. № 1423. Заказ тип. № 582. Цена 76 к.
Издательство «Искусство». Ленинград, Невский, 28.
Ленинградская типография № 4 Главполиграфпрома Комитета по печати при Совете Министров СССР, Социалистическая, 14.



76 к.



В. КОСЛОБОВЪ, А. ПИКОДЖА, К. АКОЧЕЧКОВЪ ТАИЛА













MDR DEUTSCHES FERNSEHBALLET





Fernsehballt des MDR-Chattanooga Choo Choo

